

Jasmin Korhonen

VUOKATIN LATUVERKON KÄYTTÄJÄTUTKIMUS AURINKOLADULLA,
URHEILUOPISTOLLA JA RÖNKÖN LAAVULLA TALVELLA 2013

Opinnäytetyö
Kajaanin ammattikorkeakoulu
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma
Syksy 2013



| | |
|---|--|
| Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala | Koulutusohjelma Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelma |
| Tekijä(t) Jasmin Korhonen | |
| Työn nimi Vuokatin latuverkon käyttäjätutkimus Aurinkoladulla, Urheiluopistolla ja Rönkön laavulla talvella 2013 | |
| Vaihtoehtoiset ammattiopinnot Aktiviteettimatkailu | Ohjaaja(t) Liisa Paavola Toimeksiantaja Sotkamon kunnan liikuntatoimi |
| Aika syksy 2013 | Sivumäärä ja liitteet 52+5 |
| <p>Vuokatti on aktiivinen matkailu- ja hiihtokeskus, jossa on 150 km pitkä latuverkosto. Alueella on menossa ulkoi- lureittien opastejärjestelmien kehittämishanke, jonka esiselvityksenä tämä tutkimus toimi. Tutkimuksella selvitettiin hiihtäjien mielipiteitä laduista sekä latujen opasteista. Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvailla millaisia käyttäjiä Vuokatin laduilla on. Tavoitteena oli tarjota toimeksiantajalle Sotkamon kunnan liikuntatoimelle tietoa latujen huoltotoimenpiteiden sekä latuopasteiden kehittämiseksi.</p> <p>Tutkimus toteutettiin haastattelemalla hiihtäjiä kolmessa eri pisteessä: Katinkullan Aurinkoladulla, Urheiluopiston rautatiesillalla sekä Rönkön laavulla viitenä päivänä helmi-huhtikuussa 2013. Haastattelujen ajankohdat olivat ennen ja jälkeen lomasesonkeja sekä kolmella hiihtolomaviikolla. Haastattelut tehtiin keskiviikkoisin ja päivittäinen haastatteluajankohta oli klo 10-14. Tutkimusmenetelmänä oli kvantitatiivinen tutkimus ja kyselylomakkeessa oli seitsemän strukturoitua sekä kaksi avointa kysymystä. Kysymykset koskivat hiihtäjien taustatietoja eli sukupuolta, ikää ja asuinpaikkaa sekä majoituspaikkaa, hiihtoharrastuksen motiivia ja mielipidettä laduista ja latuopasteista. Haastatteluihin vastasi yhteensä 578 hiihtäjää. Haastattelujen tulokset analysoitiin SPSS-Statistic tilasto-ohjelmalla ja Excel-taulukkolaskentaohjelmaa käytettiin graafisten kuvien tekemiseen.</p> <p>Tutkimuksen tuloksista selvisi, että tyypillinen käyttäjä Vuokatin laduilla on 20-60 -vuotias mies Kainuun alueen ulkopuolelta, jonka hiihtoharrastusta motivoi kuntoliikunta. Suosituimpia majoituspaikkoja olivat Katinkulta sekä mökit. Tyytyväisyyttä latujen kuntoon ja latuopasteisiin kysyttiin viisiportaisella asteikolla, jossa 1 oli heikko ja 5 erinomainen. Keskiarvosanaksi laduille tuli 4,37 ja latuopasteille 3,78. Kokonaisuutena latuihin oltiin hyvin tai erittäin tyytyväisiä ja suurimmat kehitysehdotukset liittyivät latuopasteisiin. Opasteita ja kilometrimerkintöjä toivottiin lisää, ja niihin haluttiin selkeyttä ja yhdenmukaisuutta. Hiihtäjät toivoivat myös selkeämpiä latukarttoja ja yhtenäisiä värimerkintöjä tai -koodeja latujen vaativuusasteista.</p> | |
| Kieli | suomi |
| Asiasanat | hiihto, ladut, liikuntamatkailu, Vuokatti |
| Säilytyspaikka | <input checked="" type="checkbox"/> Verkkokirjasto Theseus <input type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto |

| | |
|---|--|
| School Health and Sports | Degree Programme Sports and Leisure Management |
| Author(s) Korhonen Jasmin | |
| Title User Survey of Vuokatti Ski Track Network in Winter 2013 | |
| Optional Professional Studies Activity Tourism | Instructor(s) Paavola Liisa |
| | Commissioned by Sotkamo Municipality, Department of Sports Services |
| Date Autumn 2013 | Total Number of Pages and Appendices 52+5 |
| <p>Vuokatti is an active ski and tourism resort. There are 150 kilometers of maintained cross country ski tracks for both classic and freestyle skiing in the area. This survey was conducted as a preliminary report for a two-year development project to improve the signposts of the cross country ski tracks in Sotkamo-Vuokatti area. The survey explored skiers' opinions of the ski tracks and signposts. The purpose of this thesis was to describe the users of the ski tracks in Vuokatti. The objective was to give information for the commissioner, the Department of Sports Services in Sotkamo Municipality, so that they could improve and develop the maintenance of the ski tracks and signposts.</p> <p>The data for this survey was collected by interviewing cross country skiers in Vuokatti during a period of five days in February, March and April 2013 in three different spots: the Sun Trail in Katinkulta, the railway bridge near Vuokatti Sports Institute and the lean-to in Rönkkö. The research method was quantitative, and there were seven structured and two open questions in the questionnaire. The questions focused on the skiers' gender, age, place of residence and accommodation, motive for skiing and opinions about ski tracks and signposts. In total 578 skiers replied to the questionnaire. The data was analyzed with the SPSS Statistics and Excel programmes.</p> <p>The survey showed that the typical user of Vuokatti cross country ski tracks was a 20-60-year-old male from outside the Kainuu region. The respondents stayed mostly in Katinkulta and cottages in Vuokatti area. The most common motive for skiing was keeping fit. The scale used for assessing the ski tracks and signposts was 1 (weak) to 5 (excellent), and the average assessments were 4.37 for the ski tracks and 3.78 for the signposts. Skiers considered the ski tracks mainly good or excellent. In most open answers the skiers wished for more signposts and kilometre signs. They also asked for clearer and more consistent marking on the ski tracks and maps, and color codes for different level ski tracks.</p> | |
| Language of Thesis | Finnish |
| Keywords | Skiing, ski tracks, sport tourism, Vuokatti |
| Deposited at | <input checked="" type="checkbox"/> Electronic library Theseus <input type="checkbox"/> Library of Kajaani University of Applied Sciences |

“Jos et tiedä minne olet menossa, saatat päätyä jonnekin muualle”

-Jarmo Liukkonen & Timo Jaakkola

SISÄLLYS

| | |
|---|----|
| 1 JOHDANTO | 1 |
| 2 MAASTOHIIHTO JA MATKAILU | 3 |
| 2.1 Maastohiihto liikuntamuotona | 3 |
| 2.2 Matkailun motivaatiotekijät | 5 |
| 2.3 Hyvinvointi- ja liikuntamatkailu | 6 |
| 2.4 Sotkamon matkailu | 7 |
| 3 LIIKUNTAMOTIVAATIO | 8 |
| 3.1 Maastohiihtoon motivoivia tekijöitä | 8 |
| 3.2 Liikuntamotivaatioon vaikuttavia ja sitä tukevia tekijöitä | 10 |
| 4 VUOKATIN LATUVERKOSTO | 12 |
| 4.1 Latureitti | 12 |
| 4.2 Sotkamo-Vuokatti –latupooli Ry ja kunnan liikuntatoimi | 14 |
| 4.3 Opastejärjestelmät | 15 |
| 5 TUTKIMUSONGELMAT | 17 |
| 6 TUTKIMUSMENETELMÄT | 18 |
| 6.1 Kyselylomake | 18 |
| 6.2 Tutkimuksen toteutus | 18 |
| 6.3 Aineiston käsittely | 20 |
| 7 VUOKATIN LATUVERKON KÄYTTÄJÄTUTKIMUS | 21 |
| 7.1 Tutkimuksen tulokset | 21 |
| 7.1.1 Hiihtäjien taustatiedot | 21 |
| 7.1.2 Majoituspaikka | 23 |
| 7.1.3 Hiihtomotiivit | 23 |
| 7.1.4 Tyytyväisyys latuihin ja latuopasteisiin | 24 |
| 7.2 Haastattelujen tulokset haastattelupaikkojen ja -päivien mukaan eriteltyinä | 26 |
| 7.2.1 Taustatiedot | 26 |
| 7.2.2 Majoituspaikat | 28 |
| 7.2.3 Motiivit | 29 |

| | |
|---|-----------|
| 7.2.4 Tyytyväisyys latuihin | 30 |
| 7.2.5 Tyytyväisyys latuopasteisiin | 31 |
| 7.3 Avoimet vastaukset ja kehitysehdotukset | 32 |
| 7.4 Haastattelujen aikainen säätila, latujen kunto ja hiihtäjien kokonaismäärät | 33 |
| 8 JOHTOPÄÄTÖKSET | 35 |
| 9 POHDINTA | 36 |
| 9.1 Tulokset | 36 |
| 9.2 Tulosten hyödyntäminen | 41 |
| 9.3 Eettisyys ja luotettavuus | 42 |
| 9.4 Ammatillinen kehittyminen | 43 |
| 9.5 Kehitysehdotukset kyselylomakkeeseen | 46 |
| 9.6 Jatkotutkimusaiheet | 47 |
| LÄHTEET | 49 |
| LIITTEET | |

1 JOHDANTO

Vuokatti on kasvava matkailukeskus ja etenkin talvilajit vetävät alueelle runsaasti matkailijoita. Sotkamossa kirjataan vuosittain noin 600 000 majoitusvuorokautta (Vuokatin Matkailukeskus 2011). Maastohiihto on suosittu laji etenkin kuntoliikkujien keskuudessa, sillä yli 600 000 suomalaista harrastaa hiihtoa ja lähes 200 000 sanoo olevansa kiinnostunut hiihtoharrastuksesta (SLU 2010). Ihmiset arvostavat nykyisin entistä enemmän hyvinhoidettuja latuja sekä selkeitä reittimerkintöjä ja helppolukuisia opasteita.

Opinnäytetyön aiheena on Vuokatin latuverkon käyttäjätutkimus. Tutkimuksen avulla pyritään selvittämään mistä Vuokatin maastohiihtolatuja käyttävät hiihtäjät tulevat, missä he majoittuvat, mikä heitä motivoi hiihtämään sekä mitä mieltä he ovat latujen kunnosta ja latuopasteista. Tutkimus toimii esiselvityksenä Sotkamo-Vuokatti –alueen ulkoilureittien opasjärjestelmähankkeelle sekä latujen huoltotoimenpiteiden kustannusjaolle. Työn toimeksiantaja on Sotkamon kunnan liikuntatoimi. Vuokatin latujen käyttäjistä on tehty pienimuotoinen tutkimus vuonna 2000, sekä alueen talvi- ja kesäkausien aktiviteettitarjonnan kartoitukset kevättalvella 2012 ja kesä-heinäkuussa 2012 (Järviluoma & Korhonen 2012). Järviluoman ja Korhosen tutkimuksista käy ilmi, että matkailijat pitävät Vuokatin alueen reittejä puutteellisesti ja harhaanjohtavasti merkittyinä ja reittikarttoja sekavina. Vuokatin hiihtotunnelin asiakkailta on kerätty vuonna 2008 käyttäjäprofiili ja asiakastyytyväisyyskysely, jossa vain 6 % vastaajista ilmoitti asuvansa Sotkamossa (Leinonen & Virta 2009). Hiihto-olosuhteita hyödyntävistä merkittävä osa on siis matkailijoita.

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvailla millaisia käyttäjiä Vuokatin laduilla on. Opinnäytetyön tavoitteena on tarjota toimeksiantajalle konkreettista tietoa latujen käyttäjäryhmistä latujen, latuhuollon ja opasteiden kehittämiseksi. Keskeisiä tutkimuskysymyksiä ovat millaisia käyttäjiä Vuokatin maastohiihtoladuilla on ja ovatko he tyytyväisiä latujen kuntoon ja opasteisiin. Työn tekijän vaihtoehtoiset ammattiopinnot aktiviteettimatkailussa liittyvät tutkimuksen aiheeseen hyvin läheisesti ja tavoitteena on vahvistaa ammattiosaamista niin liikuntaa kuin matkailuakin käsittelevän aiheen avulla.

Tutkimuksen teoriaosuudessa käsitellään maastohiihtoa liikuntamuotona sekä lajin suosiota Suomessa. Teoriatausta tarkastelee syitä, jotka motivoivat ihmisten hiihtoharrastusta sekä

matkailua. Osuudessa perehdytään myös Sotkamon matkailuun, latuihin sekä ulkoilureittien opastejärjestelmien merkitykseen.

2 MAASTOHIIHTO JA MATKAILU

Maastohiihto on kestävyysliikuntalaji, joka kehittää verenkierto- ja hengityselimistön kuntoa, lihaskestävyyttä sekä tasapainoa. Kestävyys tarkoittaa tässä elimistön kykyä vastustaa mahdollisimman kauan fyysistä väsymystä (Kantaneva 2009, 49). Hiihto sopii kaikille ikään ja kuntotasoon katsomatta, sillä hiihtomaaston valinnalla ja vauhdin säätelyllä voidaan vaikuttaa lajin kuormittavuuteen ja rasittavuuteen. Niveliin ja lihaksiin ei kohdistu vastaavanlaisia iskuja, kuten esimerkiksi juostessa, ja kaikkien suurten lihasryhmien työskennellessä rasitus ja kaantuu sekä ylä- että alavartalolle. (Kujala 2002, 71-72.)

Tilastokeskuksen määritelmän mukaan ”matkailu (tourism) on toimintaa, jossa ihmiset matkustavat tavanomaisen elinpiirinsä ulkopuolella olevaan paikkaan ja oleskelevat siellä yhtäjaksoisesti korkeintaan yhden vuoden ajan (12 kuukautta) vapaa-ajanvieton, liikematkan tai muussa tarkoituksessa”. Tilastokeskus on määritellyt majoituksen tarkoittamaan tiloja, jotka ovat maksua vastaan tai ilmaiseksi matkailijoiden käytettävissä säännöllisesti tai satunnaisesti. Matkailijalla viitataan matkakohteessa vähintään yhden yön yöpyvään henkilöön ja päiväkävijällä henkilöön, joka viettää matkakohteessa alle 24 tuntia siten, että saapuminen ja lähtö ovat saman vuorokauden sisällä. (SVT 2013.) Turismilla tarkoitetaan vapaa-ajan matkailua, jolla haetaan erilaisia kokemuksia työn vastapainoksi. Työstä riippuen matkoilta halutaan virikkeitä, jännittäviä kokemuksia, väliaikaista pakoa arjesta, hiljaisuutta tai lepoa. Ihmisten arkisin tekemä työ ja sen laatu saattavat vaikuttaa matkailun motivaatiotekijöihin ja matka voi olla luonteeltaan työn vastakohta tai työn jatke. (Suontausta & Tyni 2005, 91.)

2.1 Maastohiihto liikuntamuotona

Maastohiihto jaetaan perinteiseen ja vapaaseen hiihtotapaan, joista jälkimmäistä kutsutaan myös luisteluhiihdoksi. Perinteinen hiihtotapa sopii aloittelijalle ja terveystoimijalle luisteluhiihtoa paremmin, sillä se on teknisesti helpompaa ja vähemmän staattisesti kuormittavaa lihastyötä vaativaa. (Kujala 2002, 71-72.) Perinteisen hiihtotavan tekniikoita ovat tasatyöntö, yksipotkuinen tasatyöntö ja vuorohiihto. Luisteluhiihdon tekniikat ovat perusluistelu eli kuokka, yksipotkuinen luistelu eli Wassberg ja kaksipotkuinen luistelu eli Mogren. (Kataja & Kirvesniemi 1996, 37,61.) Perinteisen tekniikoista tasatyöntö on nopein, sillä siinä suksea ei

tarvitse pysäyttää potkun ajaksi. Tasatyöntö kehittää erityisesti ylä- ja keskivartalon lihaksilla, sillä kaikki eteenpäin vievä voima tuotetaan sauvoilla. Yksipotkuisessa tasatyönnössä ja vuorohiihdossa tehokkaat ja oikein ajoitetut taaksepäin suuntautuvat potkut eli lantionalueen- ja pakaralihasten käyttö, ovat olennaisia, jotta sukset saadaan pitämään kunnolla myös ylämäissä. (Anttila & Roponen 2008, 73-81.)

Luisteluhiihdossa voimantuottoajat ovat pidempiä kuin perinteisessä ja potkut suuntautuvat sivulle. Nopein luistelutekniikka on sauvoittaluistelu, joko pikaluistelumaisesti tai sauvat kainalossa suljetussa syöksylaskuasennossa luistellen. Helpohkoissa maastonkohdissa toinen nopea tekniikka on Mogren, joka on kuitenkin rytmitykseltään luistelutekniikoista haastavin. Wassberg-tekniikka vaatii tasatyönnön tavoin ylävartalolta paljon, sillä sauvatyöntö tehdään jokaiselle potkulle. Wassbergia käytetään ylämäissä, kiihdytyksissä sekä raskailla keleillä. Hittain luistelutekniikoista on kuokka, jota kilpahiihtäjät käyttävät vain ylämäissä, mutta kuntohiihtäjät myös tasaisella. Sauvytyöntö tulee vain joka toiselle potkulle, eli kuokka on Mogrenin tapaan epäsymmetristä ja monilla hiihtäjillä toinen puoli on selkeästi vahvempi. (Anttila & Roponen 2008, 57-72.)

Hiihto on kokonaisvaltaista, intervallityyppistä liikuntaa, sillä se kuormittaa tehokkaasti kaikkia suuria lihasryhmiä ja auttaa kehittämään ja ylläpitämään sekä kestävyys- että lihaskuntoa (Kantaneva 2009, 109). Tärkein yksittäinen ominaisuus hiihtäjälle on hyvä hapenotto- ja keuhkokuivauskyky. Välineiden ja olosuhteiden kehittymisen myötä hiihtovauhdit ovat etenkin kilpa- ja aktiivihiihtäjillä kasvaneet, joten myös voimaa, varsinkin kestävyysvoimaa, tarvitaan hyvän ja taloudellisen hiihtotekniikan ylläpitämiseen. Hiihtolenkin aikana tehdään jopa tuhansia toistoja työntö- ja potkuja, joten taloudellinen tekniikka säästää energiaa ja ehkäisee lihaksiston ennenaikaista väsymistä. Keskivartalon tukilihaksiston vahvistaminen sekä tasapainon ja vartalonhallinnan kehittäminen auttavat säilyttämään hyvän hiihtoasennon myös väsyneenä ja kovissa vauhdeissa. Liukuvan suksen päällä pysyminen yhdellä jalalla vaatii tasapainolta ja lihaksistolta paljon. Myös alamäkien laskutaito on tärkeä ominaisuus, jotta hiihtäjä pystyy laskemaan mäet rennosti ja turvallisesti ja samalla reagoimaan vastaantuleviin käännöksiin tai yllättäviin esteisiin. (Anttila & Roponen 2008, 13-16, 55.)

Maastohiihto on tekniikka-, olosuhde- ja välinelaji. Sää ja hiihtomaastot vaihtelevat paljon. Välillä voi olla nopea lentokeli, välillä taas kostea ja raskas keli, jolloin sukset ”imevät” kiinni lumeen eivätkä luista kunnolla. Kovalla pakkasella lumi on usein niin kuivaa, että perinteisen sukset saa pitämään helposti, mutta luisto on huono kitkasta johtuen. (Anttila & Roponen

2008, 17, 189, 194.) Hiihtoa voidaan harrastaa hoidetuilla laduilla, jolloin perinteistä varten tarvitaan moottorikelkalla tai latukoneella ajettu latu-ura ja luistelua varten kovaksi ja tasaiseksi ajettu riittävän leveä alusta. Hiihtää voidaan myös ilman koneella tehtyä hoidettua latua metsissä, tuntureilla, rinteillä ja jäällä, jolloin latu-ura tehdään itse hiihtämällä. Tällöin puhutaan usein umpihankihiihdosta. (Peltonen 2002, 115; Haavikko 2002, 118.) Keskimäärin suomalainen asuu vajaan kolmen kilometrin päässä lähimmästä hoidetusta hiihtoladusta (Suomen Latu 2011, 28).

Kansallisen liikuntatutkimuksen 2009-2010 mukaan yli 600 000 19-65 –vuotiasta suomalaista harrastaa maastohiihtoa ja lähes 200 000 liikuntaa harrastamatonta sanoo olevansa kiinnostunut hiihtämisestä. Maastohiihto on neljänneksi suosituin laji kävelylenkkeilyyn, pyöräilyyn ja kuntosaliharjoittelun jälkeen. (SLU 2010.) Vertailun vuoksi, Kanadassa laji mahtuu juuri 25 harrastetuimman joukkoon (Canadian Heritage 2013, 34). Suomessa 3-18 –vuotiaista lapsista ja nuorista 15 % ja 66-79 –vuotiaista ikäihmisistä 20 % ilmoittaa hiihtävänsä, joten lajia voidaan pitää koko kansan liikuntamuotona. Hiihdon harrastajamäärät ovat kuitenkin hieman laskeneet edellisestä tutkimusajankohdasta 2005-2006 ja vuosittaista vaihtelua ilmenee lumitilanteen mukaan. Aktiivisimpia hiihtäjiä ovat liikuntatutkimuksen mukaan ylemmät toimihenkilöt ja johtavassa asemassa olevat. Pääkaupunkiseudulla hiihdetään vähemmän kuin muualla Suomessa. (SLU 2010.)

Suomen Ladun ulkoilubarometrin 2012 mukaan maastohiihto on kävelyn ja pyöräilyn jälkeen kolmanneksi suosituin ulkoilulaji. Aktiivisista ulkoilun harrastajista 68 % harrastaa hiihtoa. Perinteinen hiihtotapa on huomattavasti vapaata suositumpaa ja 59 % kyselyyn vastanneista ilmoitti hiihtävänsä vain perinteistä. (Leppänen 2012.) Suomen Ladun (2011, 21) toisen selvityksen mukaan suomalainen hiihtää keskimäärin 18 kertaa vuodessa, mutta todellisuudessa vaihteluväliä on päivittäin hiihtävistä sellaisiin, jotka eivät hiihdä ollenkaan.

2.2 Matkailun motivaatiotekijät

Matkailusta puhuttaessa motivaatiotekijät voidaan luokitella usealla tavalla. Motiiveja on kahda eri tyyppiä: ensimmäiset saavat ihmiset matkustamaan ja toiset määrittävät millainen, missä ja milloin matka on (Swarbrooke & Horner 1999, 53, Suontaustan & Tynin 2005, 98 mukaan). Matkalle lähtemisen motiivit voivat liittyä työhön, fyysisiin ja fysiologisiin tekijöihin, kulttuurisiin, psykologisiin ja henkilökohtaiseen oppimiseen liittyviin asioihin, sosiaalisiin

suhteisiin sekä viihteeseen, huvitteluun, nautintoon ja ajanvietteeseen. Näistä liikuntamatkailun tai liikunnallisen matkan kannalta olennaisimpia ovat fyysiset ja fysiologiset motiivit eli urheiluun ja ulkoilma-aktiviteetteihin sekä terveyttä ja hyvinvointia edistäviin ja ylläpitäviin aktiviteetteihin osallistuminen. Liikuntamatkaan voi yhdistyä myös sosiaalisiin suhteisiin liittyviä tekijöitä, kuten vierailuja sukulaisten ja tuttavien luona tai liikkumista heidän kanssaan. Viihde, huvittelu, nautinto ja ajanviete liikuntamatkan motiiveina voivat toteutua esimerkiksi mentäessä katsomaan urheilukilpailuja tai -tapahtumia. (Komppula & Boxberg 2002, 68-69, Suontaustan & Tynin 2005, 99 mukaan.)

2.3 Hyvinvointi- ja liikuntamatkailu

Liikuntamatkailijalla tarkoitetaan matkailijaa tai päiväkävijää, jonka loma- tai työmatkan olennainen motiivi on aktiivinen liikunnan harrastaminen (Vehmas 2010). Vapaa-ajanmatkalla tarkoitetaan normaalin elinympäristön ulkopuolelle tehtyä matkaa, jonka pää- tarkoituksena ovat harrastukset, virkistys, ajanviete, rentoutuminen tai lomanvietto. Termillä viitataan matkan motiiviin ja tarkoitukseen. (SVT 2013.) Liikuntamatkailun voidaan katsoa kuuluvan tämän määritelmän, mutta myös hyvinvointimatkailun määritelmän alle. Tyypillinen suomalainen hyvinvointimatkailija hakee matkaltaan hyvinvointia pääasiassa liikunnan avulla. Hyvinvointimatkailu nähdään "matkailuna, joka tuottaa matkailijoille hyvää oloa vielä matkan päätyttyäkin. Hyvinvointimatkailu ei ole sairautta parantavaa eikä kuntoa korjaavaa vaan kulloistakin matkailijan terveydentilaa ylläpitävää ja edistävää sekä vireyttä elämään antavaa. Hyvinvointimatkailu tuottaa asiakkaalle yksilöllistä ja kokonaisvaltaista hyvää oloa, joka voi olla sekä fyysistä että psyykkistä vireyttä antavaa". (Matkailun edistämiskeskus 2009a.)

Vuokatti voidaan katsoa hyvinvointimatkailukohteeksi, sillä hyvinvointimatkailuun yhdistettävät asiat kuten liikuntamahdollisuudet luonnonkauniissa maisemissa, metsät, vesistöt, puhdas ilma, stressinpoisto ja rentoutuminen keskellä hiljaisuutta ovat kaikki saatavilla (Matkailun edistämiskeskus 2009a). Liikuntamatkailua voidaan tarkastella myös kulttuurimatkailun näkökulmasta. Matkailijoille maastohiihto voi edustaa vahvasti suomalaista kulttuuria. ”Kulttuurimatkailussa tuotetaan alueellisia ja paikallisia kulttuurin voimavaroja arvostaen matkailutuotteita ja -palveluja paikallisille ja alueen ulkopuolisille ihmisille liiketoiminnallisin perustein. Tavoitteena on luoda elämyksiä ja mahdollisuus tutustua näihin kulttuurisiin voimavaroihin, oppia niistä tai osallistua niihin. Näin vahvistetaan ihmisten identiteetin rakentumista,

sekä oman että muiden kulttuurien ymmärrystä ja arvostusta.” Historia, maisemat, rakennettu ympäristö, alueen tapahtumat ja tavat ovat avaintekijöitä kulttuurimatkailussa ja sen kehittämisessä. (Matkailun edistämiskeskus 2008.)

2.4 Sotkamon matkailu

Vuokattia voidaan pitää sosioekonomisilta piirteiltään “ytimenä periferiassa” eli aktiivisena keskuksena muutoin melko harvaanasutulla seudulla (Häkkinen & Kauppila 2009, 45). Sotkamon kunnassa on asukkaita 10 600 (Väestörekisterikeskus 2013) ja Vuokatissa 2100 (Häkkinen & Kauppila 2009, 23). Kunnassa rekisteröidään vuosittain reilut 600 000 yöpymistä ja Suomen matkailukeskuskohtaisessa vertailussa sekä kotimaisissa yöpymistilastoissa Vuokatti on ykkönen (Järviluoma 2013, 13; Vuokatin Matkailukeskus 2011). Ulkomaalaisten matkailijoiden ja etenkin venäläisten osuus on kasvussa, vuonna 2012 kasvua oli 18,8 % ja ulkomaalaisten yöpymisvuorokausien määrä noin 75 000 (Tiirikala 2012; Järviluoma 2013, 13). Sotkamon markkinaosuus koko Kainuun matkailijoiden yöpymisistä oli vuonna 2012 lähes 70 % (Järviluoma 2013, 13).

Matkailu on tärkein elinkeino Sotkamossa. Kunnassa käy vuosittain noin miljoona matkailijaa ja päiväkävijää, ja päivittäinen keskiarvo on lähes 3000 (Vuokatti 2013a). Sotkamossa on Kainuun kunnista suurin matkailutalous, vuonna 2009 välittömät matkailutulot olivat 50 449 000 euroa, kun koko Kainuun yhteenlasketut välittömät matkailutulot olivat 138 000 000 euroa. Välittömillä tuloilla tarkoitetaan tässä arvonlisäverotonta rahamäärää, jonka matkailijat käyttävät palveluihin ja ostoksiin alueella. Matkailu tuottaa myös runsaasti työpaikkoja ja vuonna 2009 välitön matkailutyöllisyys oli Sotkamossa 427 henkilötyövuotta. (Järviluoma 2013, 22-23.)

3 LIIKUNTAMOTIVAATIO

Motivaatiolla tarkoitetaan monimutkaista, ihmisen persoonallisuuden ja sosiaalisen ympäristön yhdistävää prosessia. Motivaatio voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Sisäinen motivaatio on kyseessä silloin, kun tehdään jotakin toiminnan itsensä takia. Hiihtäjä on sisäisesti motivoitunut kun hän kokee voivansa itse määrätä ja kontrolloida toimintaansa, haluaa lähteä ladulle uudelleen vaikka kokisikin vastoinkäymisiä ja motivoituu hiihdon tuomista myönteisistä tunteista ja kokemuksista. Ulkoisesti motivoitunut hiihtäjä tarvitsee palkkioita tai rangaistuksia motivoituakseen lähteä ladulle. Palkkiona voi olla mahdollisuus saada mainetta ja palkintoja, ja rangaistuksena pelko kasvojen menettämisestä tai negatiivisesta palautteesta. Ulkoinen motivaatio voi toimia tehokkaasti lyhyellä aikavälillä, mutta pitkällä aikavälillä, esimerkiksi kunnan kohottamista ajatellen, tarvitaan sisäistä motivaatiota. (Jaakkola & Liukkonen 2003, 58-59.)

Motivaation yhteydessä puhutaan tavoiteorientaatiosta. Tehtävä- ja minäsuuntautuneisuus näkyvät etenkin tavoitteellisessa liikunnassa ja urheilussa. Tehtäväsuuntautunut hiihtäjä kokee onnistumisia kun tarkastelee omaa kehitystään, yrittää kunnolla ja oppii uutta. Hän näkee virheet oppimiskokemuksina ja vertaa suorituksiaan suhteessa aiempiin omiinsa. Minäsuuntautunut hiihtäjä vertaa itseään ja suorituksiaan muihin ja kokee onnistuneensa vain silloin, kun voittaa muut tai saavuttaa saman tuloksen vähemmällä työllä. Toistuvat epäonnistumisen kokemukset laskevat motivaatiota nopeasti ja hiihtoinnostus saattaa loppua kokonaan. (Jaakkola & Liukkonen 2003, 62-63.)

3.1 Maastohiihtoon motivoivia tekijöitä

Kilpaurheilua, kuntoliikuntaa ja ajanvietteulkoilua voidaan pitää erilaisina liikuntamotiiveina. Kilpaurheilija tähtää kilpailuissa menestymiseen, mutta jaksaa jatkuvasti keskittyä harjoitteluun ja kilpailuihin, on hänellä oltava riittävästi sisäistä motivaatiota (Jaakkola & Liukkonen 2003, 61). Kuntoliikkuja voi hakea harrastuksellaan jotakin tai kaikkia kolmesta sisäisen motivaation osatekijöistä: koettua pätevyyttä, koettua autonomiaa ja koettua sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Koettu pätevyys tarkoittaa kykyä luottaa omiin kykyihinsä, koettu autonomia tunnetta siitä, missä määrin voi tehdä omia valintoja ja koettu sosiaalinen yhteenkuulu-

vuus yksilön sidettä ryhmään tai muihin hiihtäjiin (Jaakkola & Liukkonen 2003, 60-61). Kuntoliikkujan tavoitteena voi olla massahiihto, kilpailu tai laturetki, mutta myös painonpudotus, terveyden edistäminen, hiihtotekniikan oppiminen tai sosiaalisten suhteiden ylläpito. Kantanevan (2009, 27) mukaan motivaatio on tahdonalaista energiaa, joka saa ihmisen pyrkimään kohti tavoitettaan. Kun tahtoa ja motivaatiota on tarpeeksi, on minkä tahansa tavoitteen saavuttaminen lopulta ainoastaan järjestelykysymys (Kantaneva 2009, 27).

Ajanvieteulkoilijan motiivit eroavat kilpa- ja kuntohiihtäjän motiiveista. Hiihtoa voidaan harrastaa liikunnan riemun, talvisen luonnon, maisemien ja ulkoilun jälkeisen hyvän olon takia (Kujala 2002, 71). Sosiaalisuus ja yhdessäolo perheenjäsenten tai ystävien kanssa voi jollekin olla tärkeimpiä syitä lähteä suksille. Maastohiihto on erinomaista perheliikuntaa ja eri-ikäiset perheenjäsenet vauvoista isovanhempiin voivat nauttia ulkoilusta, liikkumisesta ja niiden tarjoamista elämyksistä yhdessä. Hiihtoretkeen voidaan yhdistää muita elementtejä, kuten eväiden syönti taukopaikalla, mäenlasku, leikit ja pelit sekä luontoon tutustuminen. (Karhu 2002, 8-9.) Ajanvieteulkoilussa hiihdetyt kilometrit, aika, oikea hiihtotekniikka tai uusimmat varusteet eivät ole olennaisia. Motivaatio on pääosin tehtäväsuuntautunutta, jolloin oma kehittyminen, parhaansa yrittäminen, uuden oppiminen ja yhteistyö muiden kanssa luovat pätevyyden kokemuksia, vaikkei varsinaisia määriteltyjä tavoitteita olisikaan (Jaakkola & Liukkonen 2003, 64).

Maastohiihtoa ilman kilpailullisia ja tuloksellisia tavoitteita harrastavilla voi tärkeänä motiivina toimia myös oma terveys ja hyvinvointi. Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan terveydellä tarkoitetaan täydellisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaa (WHO 2003). Hengitys- ja verenkierto- sekä tuki- ja liikuntaelimestön kunto, lihasvoima, liikehallinta ja painonhallinta ovat terveyskunnan osa-alueita (Kotiranta, Serti & Schroderus 2007, 9). Liikunnalla on monia positiivisia vaikutuksia kaikkiin terveyden osa-alueisiin. Fyysinen harjoittelu kehittää hengitys- ja verenkiertoelimestön toimintakykyä alentamalla leposykettä ja verenpainetta, kasvattamalla sydänlihaksen kokoa ja sydämen iskutilavuutta sekä parantamalla verenkiertoa ja hapenottoa. Säännöllinen liikunta auttaa kasvattamaan lihasmassaa, vähentämään rasvakudosta ja edistämään energia-aineenvaihduntaa. Liikunta parantaa insuliiniherkkyyttä, laskee veren glukoosiarvoja sekä vaikuttaa positiivisesti veren rasva-arvoihin lisäämällä HDL-kolesterolin määrää ja laskemalla triglyseridi- ja LDL-kolesteroliarvoja. (Niskanen 2011.) Fyysinen aktiivisuus ja säännöllinen liikunta kuuluvat terveisiin elämäntapoihin, joilla voidaan ehkäistä ja hoitaa useita kansanterveydellisesti merkittäviä sairauksia, kuten tuki- ja liikuntaelimestön sairauksia, sydän- ja verisuonitauteja, 2-typin diabetesta, keuhkosai-

rauksia, muistihäiriöitä, joitakin syöpiä sekä mielenterveysongelmia (Suomalainen Lääkäriseura Duodecim 2012; Kotiranta ym. 2007, 8).

Liikunnalla on positiivisia vaikutuksia myös psyykkiseen hyvinvointiin. Liikunnan on todettu vähentävän ja ehkäisevän masennusoireita, sillä se voi viedä huomion pois masentavista ja ahdistavista ajatuksista. Liikunta nostaa kehon lämpötilaa ja vilkastuttaa verenkiertoa ja vähentää siten lihasjännitystä. Säännöllisesti liikkuvilla ihmisillä unen laatu ja elimistön vastustuskyky ovat parempia ja stressinhallinta helpompaa kuin liikuntaa harrastamattomilla. (Suomalainen Lääkäriseura Duodecim 2012; Huttunen 2012; Mielenterveyden keskusliitto 2008.) Ulkoilun ja luonnossa oleskelun on todettu lisäävän myönteisiä ja vähentävän kielteisiä tuntemuksia ja siten vaikuttavan positiivisesti mielialaan. Luonnossa liikkuminen parantaa epäsuorasti työkykyä sekä työn tuottavuutta ja laatua juuri psyykkisen hyvinvoinnin lisääntymisen kautta. (Tyrväinen, Silvennoinen, Korpela & Ylen 2007, 73, 75.) Maastohiihto onkin hyvä laji kun halutaan rentoutua tai virkistyä, sillä sitä harrastetaan pääsääntöisesti juuri ulkona ja luonnossa.

3.2 Liikuntamotivaatioon vaikuttavia ja sitä tukevia tekijöitä

Liikuntamotivaatio voi vaihdella iän, elämäntilanteen ja olosuhteiden muuttuessa. Oma asenne on tärkein, oli liikunnan tavoite mikä tahansa. Tavoitteen tai tavoitteiden asettaminen on motivaation kannalta olennaista, jotta liikunta olisi säännöllistä ja jatkuvaa. Etenkin liikunnan aloittaminen tai uuden lajin pariin siirtyminen helpottuu ja konkretisoituu, kun tietää mihin tähtää. Liian vakavaa ja joustamatonta asennetta tulisi silti välttää, jottei liikunnasta muodostu väkisin suoritettavaa velvoitetta, joka pahimmillaan aiheuttaa haittoja terveydelle ja heikentää motivaatiota. (Kantaneva 2009, 25, 27.)

Väline- ja olosuhderiippuvaiseen ulkoilmalajiin, kuten maastohiihtoon, kannattaa miettiä useampia motivoivia ja kannustavia tekijöitä, jottei liikunta jäisi välistä huonon sään tai toimimattomien välineiden takia. Kantanevan (2009, 32) mukaan selkeän tavoitteen asettamisen jälkeen siitä kannattaa kertoa lähipiirille ja suunnitella liikuntaan käytettävät ajankohdat etukäteen. Kaverin kanssa tulee lähdettyä helpommin hiihtoladulle, kun aika ja paikka on sovittu ennalta ja lenkki jäisi ehkä yksin tekemättä. Suomen neljä vuodenaikaa luovat luonnollista vaihtelua eri liikuntamuotojen harrastamiseen. Myös talvella lajin, harjoitusohjelman, liikuntapaikan ja hiihtotyylin vaihtelu auttaa motivaation säilyttämisessä. (Kantaneva 2009, 32-39.)

Räntäsateella ja kovalla pakkasella kuntoa voi kehittää ja ylläpitää sisällä esimerkiksi kuntosalilla, ryhmäliikuntatunneilla tai uimahallissa, ja pitovoitelun kannalta haasteellisella vesikeilillä voi valita luisteluhiihdon perinteisen tyylin sijaan. Tuulisella säällä on miellyttävämpää hiihtää metsän suojassa kuin jäällä ja Lapissa ylhäällä tuntureissa lämpöladuilla on usein vähemmän pakkasta kuin alhaalla kylissä.

Kunnolliset ja itselle sopivat välineet sekä riittävän hyvä hiihtotekniikka lisäävät liikunnan nautittavuutta. Aloittelijalle ja kuntoilijalle on suositeltavaa hankkia opastusta ja vinkkejä joko itse esimerkiksi kirjallisuudesta tai muista liikunta-alan julkaisuista tai kysymällä alan asiantuntijoilta ja ammattilaisilta (Kantaneva 2009, 41; Hall 2003, 160). Myös harjoituspäiväkirjan pitäminen ja oman kehittymisen seuraaminen saattavat helpottaa motivaation ylläpitämistä ja matkaa kohti tavoitetta (Kantaneva 2009, 42; Hall 2003, 157).

4 VUOKATIN LATUVERKOSTO

Vuokatissa on 150 km pitkä latuverkosto, josta 32 km on valaistua. Laduista 120 km on joka talvi käytössä sekä perinteiselle että vapaalle hiihtotavalle. Ladut jaetaan Vuokatin Urheiluopiston pohjoispuolella sijaitsevaan alamaastoon, Urheiluopiston eteläpuolella olevaan ylämaastoon, yhdys- ja siirtymälatuihin, Sotkamon Hiukan latuihin, Katinkullan Aurinkolatuun sekä jäälatuihin. Alamaaston ladut kulkevat pääosin kangasmaastossa ja korkeuserot eivät ole suuria. Mäet ovat lyhyitä, mutta melko jyrkkiä. Ladut ovat pituudeltaan 3, 5, 6 ja 10 km. Ylämaaston laduilla korkeuserot ovat suuria, sillä ladut kulkevat vaaramaisemissa. Mäet ovat pääosin hiihdettäviä, mutta jyrkkiäkin osuuksia on. Reittien pituudet ovat 10, 18, 20, 24 ja 30 km sekä Vaaran kilpaladut 5 ja 8/10 km. Muut ladut ovat Särkisen jäälatu 3 km, Aurinkolatu 10 km ja Sotkamon Hiukan ladut 2, 3, 5 ja 10 km. (Vuokatti 2013b.) Kaikki ladut näkyvät liitteessä 1.

4.1 Latureitti

Latureitti on yleisnimitys erilaisille laduille ja sillä viitataan maastohiihtoon tarkoitettuun väylään maastossa. Suomessa on noin 30 000 kilometriä hiihtolatuja laskumenetelmästä riippuen. (Hakala, Hentilä, Peltonen, Pylväs, Rautio 2006, 5, 15.) Ladut eroavat toisistaan esimerkiksi pituudeltaan, profiililtaan, vaikeusasteeltaan, maisemiltaan, leveydeltään ja sijainniltaan. Helppo latu sijaitsee taajaman läheisyydessä ja sopii kuntoilijoiden lisäksi aloittelijoille, lapsille ja vanhuksille. Keskitasoinen tai vaikea latu on tarkoitettu tehokkaaseen kuntoliikuntaan ja sisältää helppoa latua enemmän mäkiä. Vaativa tai vaikea latu sopii tehokkaaseen kuntoliikuntaan, kilpahiihtäjien harjoitteluun sekä kilpailuihin ja sisältää jyrkkiä ylä- ja alamäkiä. (Hakala ym. 2006, 5.)

Kilpailukäytössä olevien hiihtoreittien profiilit ja leveydet on tarkasti määritelty Kansainvälisen hiihtoliiton FIS:in toimesta. Kuntoilijalle ja satunnaiselle harrastajalle saattaa riittää perinteisen latu-ura metsässä, mutta kansainväliset kilpailut, joissa hiihdetään molempia hiihtotapoja, sprinttejä ja massalähtöjä, vaativat radan olevan yhdeksän metriä leveä. Periaatteena pidetään, että vapaa hiihtotapa vaatii noin kolme metriä leveän väylän. Jos yhdensuuntaisella reitillä on sekä perinteisen latu että vapaan väylä, on leveyden oltava noin neljä metriä ja mo-

lempiin suuntiin hiihdettävällä reitillä kahdeksan metriä. (Hiihtoliitto 2007.) Näin varmistetaan latujen turvallisuus ja eritasoisten sekä eri vauhdeilla ja tarkoituksella hiihtävien mahtuminen sopuisasti samoille laduille.

Arvokilpailujen sekä kansainvälisten kilpailujen latujen kunnostus on aloitettava jo sulan maan aikaan, jolloin latupohjat tasoitetaan niin hyvin, että ladut saadaan vähälläkin (noin 30 cm) lumimäärällä hiihdettävään kuntoon. Talvella ladut on kunnostettava koneellisesti ja hiihdettävät reitit merkattava selkeästi. Myös kilometrimerkintöjen tulee olla kunnossa. Perinteisen latu-uraa ei pidä olla jyrkissä ja vauhdikkaissa mutkissa, joissa vaarana on hiihtäjien suistuminen pois ladulta. Latuja suunniteltaessa ja huoltaessa pitää huomioida nopein mahdollinen ladulla hiihtäen saavutettavissa oleva vauhti. (FIS 2013, 41.) Vaikka nämä säännöt ja ohjeet ovat kilpailukäyttöön tuleville laduille, sopivat ne myös pelkästään kuntoilu- ja virkistyskäytössä oleville hiihtoreiteille, joilla latujen leveydet ja profiilit eivät ole tarkkaan määriteltäviä.

Lapin hiihtokeskuksissa on satoja kilometrejä hoidettuja maastohiihtolatuja ja niiden ympärille suunnattuja palveluja, joiden kanssa Vuokattikin joutuu kilpailemaan. Turvallisuus on yksi avainsana suosituilla matkailualueilla, joilla liikkuu hiihtäjien lisäksi esimerkiksi moottorikelkkailijoita ja joissa ladut risteävät autoteiden ja kelkkaurien kanssa. Olennaista turvallisuuden kannalta on, että risteyksistä on kunnolliset varoitukset niin hiihtäjille kuin moottoriajoneuvoilla liikkujille. Matkailukeskusten latuja käyttävät hyvin monentasoiset hiihtäjät, joista osalla ei välttämättä ole lainkaan aiempaa kokemusta suksilla liikkumisesta. Tämän vuoksi on tärkeää, että myös jyrkistä nousuista ja vauhdikkaista laskuista on varoitusmerkinnät riittävän aikaisin. Omalle taitotasolle kesken hiihtolenkin liian vaativaksi osoittautuva latu on ikävä yllätys ja saattaa vaikeuttaa seuraavalla kerralla halua lähteä hiihtämään. (Aula 2008.)

Hiihtäjät arvostavat matkailukeskuksissa hyväkuntoisten latujen lisäksi taukopaikkoja, kuten laavuja, kotia ja nuotiopaikkoja, sekä niissä mahdollisesti myytäviä virvokkeita. Kunnolliset ja selkeät latukartat ja opasteet latujen lähtöpaikoilla sekä risteyksissä, tienylitysten hyvät järjestelyt ja vaihteleva, vaativuustasojen mukaan merkitty laaja latuverkosto nostavat hiihtokeskuksen suosiota maastohiihtäjän silmissä. (Aula 2008.) Oheispalvelut, kuten suksien vuokraus ja huolto eivät aktiivihiihtäjälle ole välttämättä kovin merkittäviä, mutta satunnaiselle hiihtäjälle tai matkailijalle ne voivat olla hiihtämään lähtemisen edellytys. Vuokatissa suksien vuokraus- ja huoltopalveluja on saatavilla Vuokatti Ski Service Oy:ltä, GoVuokatilta, Vuoka-

tin rinteiden välinevuokraamoista sekä Vuokatin hiihtotunnelilta ja joiltakin majoitusta tarjoavilta yrityksiltä (Vuokatti 2013c; Vuokattisport 2013).

4.2 Sotkamo-Vuokatti –latupooli Ry ja kunnan liikuntatoimi

Sotkamo-Vuokatti –latupooli perustettiin alueen luonnonlumilatuojen kunnossapitoa varten vuonna 2001. Yhdistyksen toiminta-ajatuksena on mahdollistaa hyvät olosuhteet luonnossa tapahtuvalle kunto- ja terveystoiminnalle niin matkailijoille kuin paikkakuntalaisillekin. Yhdistykseen kuuluu tällä hetkellä 56 jäsentä, jotka maksavat poolin jäsenmaksua ja osallistuvat siten latujen huoltokustannuksiin. Jäsenet ovat paikallisia majoitus- ja matkailupalveluja tarjoavia yrityksiä ja ne saavat latupoolin kautta mahdollisuuden vaikuttaa latujen ja reitistöjen kehitystyöhön. Latupooli ostaa latujen kunnossapito- ja huoltopalvelut Vuokatin Urheilupuolelta. Yhdistys vastaa latuhuollosta Sotkamon Leivonlankylän länsipuolella, Urheilupuolelta ylä- ja alamaastossa, Katinkullan, Vuokatinrannan ja Hotel Vuokatin yhdysladuilla, Katinkullan Aurinkoladulla sekä osalla Vuokatinvaaran laduista. (Sotkamon kunta 2013.) Matkailijoiden latujen käyttökustannukset rahoitetaan latupoolin kautta, mutta Sotkamon kunta maksaa kuntalaisten osuuden latuhuollosta verotuloilla. Pysyvä lumi sataa Kainuun korkeudella noin marraskuun puolivälissä ja lumet sulavat viimeistään huhti-toukokuun vaihteessa, joten tarvetta luonnonlumilatuojen huollolle on vuodessa neljästä kuuteen kuukautta (Ilmatieteen laitos 2013).

Tutkimuksen toimeksiantajana oli Sotkamon liikuntatoimi. Liikuntatoimi kuuluu kunnan vapaa-aikapalveluihin ja sen toiminta-ajatuksena on huolehtia liikuntalain antamista velvoitteista. Liikuntatoimi toimii yhteistyössä kunnan teknisen toimen kanssa ja osallistuu liikuntapaikkojen suunnitteluun, rakentamiseen ja kunnossapitoon. (Sotkamon kunta 2011).

Liikuntalain tarkoituksena on “edistää liikuntaa, kilpa- ja huippu-urheilua sekä niihin liittyvää kansalaistoimintaa, edistää väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä liikunnan avulla. Lisäksi lain tarkoituksena on liikunnan avulla edistää tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta sekä tukea kulttuurien moninaisuutta ja ympäristön kestävä kehitystä.” (Finlex 1998). Liikuntalaki on puitelaki, jonka ohjausvaikutus on melko pieni. Keskeistä laissa on työn- ja vastuujakopariteetti, joka tarkoittaa käytännössä sitä, että kunnat mahdollistavat edellytykset liikunnalle, mutta vastuu liikunnan järjestämisestä on kansalais-toiminnalla. (Heikkala 2009, 18.) Sotkamon kunnan liikuntatoimi haluaa tarjota kaikkien

käyttöön laadukkaita liikuntapaikkoja ja madaltaa kynnystä lähteä liikkumaan (Sotkamon liikuntatoimi 2011).

4.3 Opastejärjestelmät

Yleisesti ulkoilureittien opasteilta toivotaan selkeyttä, yhtenäistä ilmettä ja riittävää informaatiota reittien pituuksista, vaativuudesta, palveluista sekä reitille tarkoitetuista liikuntamuodoista. Reittien lähtöpaikat ja risteyskohdat tulisi merkitä erityisen hyvin ja opasteissa olla mahdollisuuksien mukaan ohjeita avunhälyttämiseen. Näillä tekijöillä voitaisiin madaltaa eksymisen riskiä ja kynnystä lähteä ulkoilemaan vieraammallekin reitille. Tutkimuksen mukaan kunnissa ja muuhunkin ulkoilukäyttöön tarkoitetuilla reiteillä on puutteita sekä opasteiden määrässä että laadussa. (Suomen Latu 2011, 51.)

Vuokatin sulan maan lähiulkoilureiteille on vuonna 2004 tehty reittiluokitus ja palvelukuvaus Suomen Ladun valtakunnallisia luokituksia mukaillen. Luokituksessa on kuvattu reittien vaativuutta asteikolla I-III, jossa I on helppo reitti, II keskivaativa reitti ja III vaativa reitti. Helpot reitit on merkitty maastoon niin hyvin, ettei eksymisen vaaraa ole, reiteillä on pienet korkeuserot ja reitin pohja on tasainen. Keskivaativilla reiteillä voi olla jonkun verran korkeuseroja sekä vaikeakulkuisia kohtia, mutta ne on selkeästi viitoitettu ja merkattu. Vaativilla reiteillä kartasta ja kompassista on hyötyä, sillä viitoitus voi olla hyvin vähäistä. Maastossa on vaikeakulkuisia kohtia ja jyrkkiä mäkiä sekä mahdollisesti kahluuta vaativia paikkoja. Reittien palveluvarustusta on kuvattu kirjaimilla A, B, C ja AA. A on hyvän palveluvarustuksen tasainen ja leveä reitti, joka on erittäin hyvin opastettu ja jolla on hyvä taukopaikkaverkosto. B:llä kuvailtu kohtalaisen palveluvarustuksen reitti on merkattu, mutta kulkee polkuja ja osin tehtyjä rakenteita, kuten pitkospuita, pitkin. Taulukkoja on jonkun verran. Vähäisen palvelutason C reitti on merkattu karttaan ja maastosta löytyy merkintä lähtöpaikasta, mutta kartta ja kompassi ovat välttämättömiä. Taulukkoja ja rakenteita on hyvin vähän tai ei ollenkaan. AA eli liikuntaesteisille sopiva erittäin helppo reitti on mahdollista kulkea pyörätuolilla tai lastenvaunuilla. Vuokatin laduista puolestaan Katinkullan Aurinkolatu on ainut, josta on tehty tarkka reittikuvaus ja tuotekortti sekä vaativuus- ja palvelutasoluokitus. (Kainuun Liikunta ry 2013a; 2013b; Suomen Latu 2013.)

Ruotsissa eripituisten kilpahiihtolatuojen merkitsemiseen on valittu tietyt värit, jotka perustuvat viralliseen standardiin. Sinisellä merkataan esimerkiksi sprinttihiihtoon soveltuva noin

1250 metriä pitkä rata, punaisella 2500 m pituinen latu, keltaisella taasen 5000 m latu ja vihreällä 10 000 m pitkä latu. (Sveriges Kommuner och Landsting 2006, 23.) Kilpailujen ulkopuolella hiihtoladut ovat yleensä kaikkien käytettävissä, joten pysyvät reittimerkinnot latujen varrella sekä samoilla väreillä kartoissa hyödyttävät myös kuntohiihtäjiä.

Matkailun edistämiskeskuksen Talvimatkailustrategiassa 2009-2013 yhtenä kehittämiskohteina ovat merkityt reitit sekä saavutettavuuden parantaminen. Kuntien ja yrittäjien tulisi vastata infrastruktuurin kehittämisestä ja ylläpidosta, joille on jatkuvaa tarvetta. Opasteissa ja merkinnoissa tulisi kiinnittää huomiota myös MEK:in laatimiin tuotekriteereihin eli asiakaslähetytyteen, laatuun, tarkoituksenmukaisuuteen ja soveltuvuuteen matkailijoille sekä itse elämystä korostaviin tekijöihin. Ulkomaalaiset matkailijat tulisi huomioida vähintään englanninkielisillä teksteillä. (Matkailun edistämiskeskus 2009b, 11-13.) Myös MEK:in hyvinvointimatkailustrategiassa (2009a, 11) terveys- ja kuntoliikuntaloman tuotekriteerejä ovat hyvin merkityt ulkoilureitit sekä lisäksi helppokulkuiset kävely- ja muut reitit.

5 TUTKIMUSONGELMAT

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla millaisia käyttäjiä Vuokatin maastohiihtolatuilla on. Tutkimuksen tavoitteena oli tarjota toimeksiantajalle tietoa Vuokatin latujen käyttäjistä. Tietoa tarvittiin latujen huoltotoimenpiteiden kehittämiseksi, Sotkamo-Vuokatti – alueen reittien opastejärjestelmähankkeen taustatiedoiksi sekä latujen kunnossapidon kustannusjaon pohjaksi. Työn tekijän tavoitteena oli oppia määrällisen tutkimuksen tekemistä sekä syventää ammatillista osaamista erityisesti aktiviteettimatkailun osalta. Kajaanin ammattikorkeakoulun puolelta tavoitteena oli lisätä yhteistyötä Sotkamon kunnan ja etenkin kunnan liikuntatoimen kanssa.

Latujen käyttäjätutkimuksella haluttiin saada vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

1. Millainen on Vuokatin alueen latuja käyttävien hiihtäjien profiili?
 - 1.1 Onko hiihtäjä paikkakuntalainen, muualta Suomesta vai ulkomaalainen?
 - 1.2 Missä hän majoittuu?
 - 1.3 Mikä on motiivi hiihtoharrastukselle?
2. Ovatko hiihtäjät tyytyväisiä alueen latuverkostoon?
 - 2.1 Mitä mieltä hiihtäjä on latujen kunnosta?
 - 2.2 Mitä mieltä hiihtäjä on latujen opasteista?
3. Millaisia puutteita ja kehittämiskohteita latuverkostossa on?

6 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tutkimusmenetelmänä oli kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus. Kyselytutkimus tehtiin strukturoituna haastatteluna eli lomakehaastatteluna. Kysymykset olivat yksisivuisessa kyselylomakkeessa (LIITE 2.) tietyssä järjestyksessä ja niiden esittämisjärjestys oli sama jokaisen haastateltavan kohdalla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 208). Kvantitatiivinen tutkimus valittiin siitä syystä, että saatiin tarpeeksi suuri määrä haastateltavia ja saatuja vastauksia voitaisiin hyödyntää laajemmassa mittakaavassa latujen kustannusjaon ja huoltotoimenpiteiden suunnittelussa. Toimeksiantajan toive oli toteuttaa kysely haastatteleamalla kasvokkain, jotta kysymyksien ja vastausten suhteen ei olisi tullut epäselvyyksiä, ja vastaajien määrään voitiin itse vaikuttaa paremmin. Haastattelulomakkeen kysymykset valittiin yhdessä toimeksiantajan kanssa, jotta tutkimus palvelisi tarkoitustaan mahdollisimman hyvin.

6.1 Kyselylomake

Kyselylomakkeesta tehtiin käytännön syistä yhden A4-sivun kokoinen, jotta ulkona tehtävät haastattelut sujuisivat sekä haastattelijoiden, että haastateltavien osalta mahdollisimman helposti. Monet eivät halua ulkoillessaan pysähtyä pitkäksi aikaa peläten kylmettymistä tai harjoituksen keskeytymistä, ja tämä huomioitiin haastatteluja suunniteltaessa. Kysymyksiä oli seitsemän ja haastattelun kesto yhden hiihtäjän osalta noin yksi-kaksi minuuttia. Kolmella ensimmäisellä kysymyksellä selvitettiin hiihtäjien taustatietoja eli sukupuolta, ikää ja asuinpaikkaa. Neljäs kysymys käsitteli hiihtoharrastuksen motiivia ja viides majoituspaikkaa. Kahdella viimeisellä kysymyksellä haettiin mielipiteitä hiihtoladuista ja niiden kunnosta sekä latuopasteista. Vastaajilta pyydettiin arvosanojen heikko-erinomainen (1-5) lisäksi vapaita kommentteja ja konkreettisia kehitysehdotuksia latuihin ja latuopasteisiin. Strukturoitujen kysymysten osalta vastaajien piti valita vain yksi annetuista vastausvaihtoehdoista.

6.2 Tutkimuksen toteutus

Tutkimusaineisto kerättiin viitenä päivänä helmi-huhtikuussa 2013. Haastattelut suoritettiin kolmessa pisteessä: Aurinkoladun varrella Katinkullan alueella, Rönkön laavulla Vaarankylän

helpon ladun puolivälissä sekä Urheiluopiston rautatiesillan risteyksessä. Haastattelupaikat valittiin sillä perusteella, että oletettiin eritasoisten hiihtäjien käyttävän eri latuosojuksia. Auringolatut kulkee pääosin jäällä, on profiililtaan helppo ja pituudeltaan 10 km, ja siellä oletettiin hiihtäjien olevan enimmäkseen kuntoilijoita ja ajanviettelukoilua harrastavia. Rönkön laavu sijaitsee hieman kauempana majoituskeskittymistä ja Vaarankylän helppo latu on pituudeltaan 30 km, joten siellä hiihtävät olivat oletettavasti pääosin kuntoilijoita ja kilpahiihtäjiä. Rautatiesilta sijaitsee Vuokatin Urheiluopiston välittömässä läheisyydessä ja siellä risteävät monesta suunnasta tulevat ladut. Paikan kautta oletettiin todennäköisesti menevän paljon kaiken tasoisia hiihtäjiä, sillä ladut profiililtaan vaativaan Vaaran ylämaastoon, keskivaikeaan alamaastoon sekä yhdysladut Katinkultaan ja Sotkamoon kulkevat rautatiesillan kautta.

Haastattelupäiviä oli viisi: ensimmäinen viikolla 6 helmikuussa, ennen hiihtolomasesongin alkua. Toinen, kolmas ja neljäs päivä olivat hiihtolomaviikoilla 8, 9 ja 10. Viimeinen haastattelupäivä oli huhtikuussa viikolla 14 eli sesongin jälkeen. Viikot valittiin siten, että saataisiin aineistoa erilaisilta ajankohdilta ja sääolosuhteilta. Hiihtolomaviikoilla oletettiin suuremman osan hiihtäjistä olevan ulkopaikkakuntalaisia, kun taas ennen ja jälkeen sesongin enemmän paikkakuntalaisia. Haastatteluajankohta oli tutkimuksen luotettavuuden takia joka viikko sama: keskiviikko kello 10.00-14.00. Ajankohtaan päädyttiin, koska etenkin lomaviikoilla ihmiset hiihtävät oletettavasti enemmän päiväsaikaan. Viikonloppu olisi ollut huono ajankohta, sillä vuokramökkien yleinen vaihtopäivä on lauantai tai sunnuntai, jolloin latujen käyttäjiä on vähemmän.

Haastattelut tehtiin yhteensä seitsemän henkilön voimin. Opinnäytetyön tekijän lisäksi haastatteluja suoritti kerrallaan kaksi talkoolaista, eli jokaisessa kolmessa haastattelupaikassa oli yksi haastattelijä. Talkoolaiset vaihtuivat muutama kertaan, sillä samat henkilöt eivät kaikkina viitenä haastattelupäivänä olleet käytettävissä. Talkoolaiset opastettiin tekemään kyselyt samalla tavalla jokaisen haastateltavan kohdalla, jotta tutkimuksen luotettavuus säilyisi. Lisäksi Sotkamon kunta asensi riistakameran viikoilla 6, 8 ja 10 kahteen haastattelupaikkaan laskeamaan kaikkien ohikulkevien hiihtäjien eli perusjoukon määrän neljän tunnin haastatteluajalta.

Tavoitteena oli haastatella jokaisena haastattelupäivänä 25 hiihtäjää/haastattelupaikka eli 75 hiihtäjää päivässä. Yhteensä tavoitteena oli viitenä haastattelupäivänä saada 375 vastausta, mikä voitiin katsoa riittäväksi määräksi kvantitatiiviseen tutkimukseen. Haastateltavat valittiin sattumanvaraisesti yksinkertaisella satunnaisotantamenetelmällä. Mikäli hiihtäjä ei halunnut

vastata kyselyyn, kysyttiin seuraavalta paikalle tulevalta hiihtäjältä. Haastattelun ohjeet, jotka esitettiin talkoolaisille, ovat liitteessä 3. Haastattelulomake oli myös englanniksi, ja tutkimuksessa huomioitiin myös ulkomaalaiset hiihtäjät, mikäli heitä haastattelupaikalle tuli ja he halusivat kyselyyn vastata.

Hiihtäjien vastausten lisäksi jokaiselta haastattelupäivältä kirjattiin ylös säätila eli ilman lämpötila, kosteus, pilvisyys ja sadekertymä. Sää tiedot katsottiin Ilmatieteenlaitoksen verkkosääpalvelusta www.fmi.fi, jossa Vuokattia lähin havaintoasema on Sotkamon Kuolaniemi. Havaintotiedot kirjattiin kello 12, joka oli puolivälissä päivittäistä haastattelu-aikaa. Lisäksi haastattelupäivän aamuna katsottiin ja kirjattiin ylös latujen huoltotilanne FastROI-palvelusta <http://www30.fastroi.fi/LATUSOTKAMOVIUOKATTI>. Palvelu näyttää reaaliajassa milloin latukone on ajanut minkäkin latuosuuden.

6.3 Aineiston käsittely

Tutkimuksen tulokset käsiteltiin SPSS-tilasto -ohjelmalla. Tulokset on seuraavassa osiossa esitetty sanallisesti ja niistä on tehty havainnollistavat graafiset esitykset Excel-taulukkolaskentaohjelmalla kunkin kysymyksen kohdalta erikseen. Ristiintaulukointia käytettiin muuttujien välisten riippuvuuksien testaamiseen. Muuttujien välisiä riippuvuuksia tutkittiin seuraavien tulosten osalta:

1. sukupuoli + mielipide laduista
2. sukupuoli + mielipide latuopasteista

Avoimista vastauksista useaan kertaan esille nousseet kommentit ja kehitysehdotukset on ryhmitelty aihepiireittäin. Lisäksi sään vaikutusta hiihtäjien vastauksiin ja mielipiteisiin on mietitty johtopäätöksissä ja pohdinnassa.

7 VUOKATIN LATUVERKON KÄYTTÄJÄTUTKIMUS

Tutkimuksen tavoiteotanta oli 375. Määrä ylittyi reilusti, sillä vastauksia tuli yhteensä 578 viideltä päivältä ja kolmelta haastattelupisteeltä. Ensimmäisen haastattelupäivän jälkeen haastateluja muutettiin siten, että kun oli saatu 50 vastausta, lopetettiin vastausten kerääminen siltä päivältä siltä haastattelupisteeltä. Tähän ratkaisuun päädyttiin, jotta aineiston määrä pysyisi paremmin hallinnassa, kun vastauksia tulikin odotettua reilusti nopeammalla tahdilla.

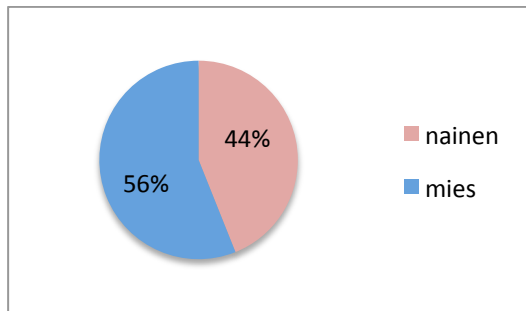
Eniten vastauksia saatiin Urheiluopiston rautatiesillalta ja vähiten Rönkön laavulta. Tämä oli odotettavissa, sillä Rönkkö sijaitsee Vaarankylän 30 km lenkin puolivälissä ja matka on melko pitkä monille kuntohiittäjille, joita vastaajista oli suurin osa. Vaihtuvista haastattelihoista johtuen, toisena haastattelupäivänä 20.2. Rönkköön menossa ollut haastattelija ei löytänyt ohjeistuksista huolimatta perille. Siltä kerralta vastauksia saatiin siis ainoastaan kahdelta pisteeltä, rautatiesillalta ja Aurinkoladulta yhteensä 83 kappaletta, mutta vastausten tavoitemäärä ylittyi tästä huolimatta.

7.1 Tutkimuksen tulokset

Tutkimuksen tulokset saatiin kolmelta eri haastattelupisteeltä viitenä eri päivänä. Kyselylomakkeella selvitettiin hiihtäjien taustatietoja, majoituspaikkaa Sotkamossa, motiivia hiihtoharrastukselle sekä mielipidettä latujen kunnosta ja huollosta sekä latuopasteista. Katinkullan Aurinkoladulta saatiin yhteensä 223, Urheiluopiston rautatiesillalta 245 ja Rönkön laavulta 110 vastausta. Ensimmäisenä haastattelupäivänä yhteistulos oli 106 vastausta, toisena päivänä 83, kolmantena 120, neljäntenä 128 ja viimeisenä 141. Seuraavassa tulokset on esitetty prosenttiosuuksina kokonaisuutena kaikkien saatujen vastausten perusteella (n=578).

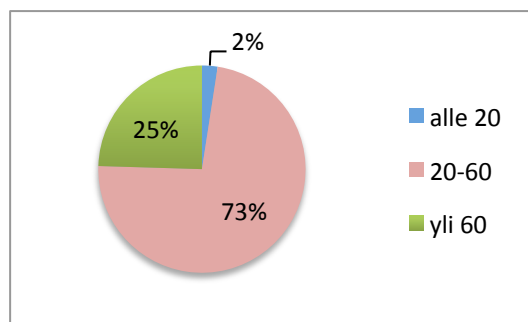
7.1.1 Hiihtäjien taustatiedot

Kyselylomakkeen kolme ensimmäistä kysymystä kartoittivat haastateltavien taustatietoja. Niitä olivat sukupuoli, ikä ja asuinpaikka. Hieman yli puolet kaikista kyselyyn vastanneista oli miehiä (kuvio 1).



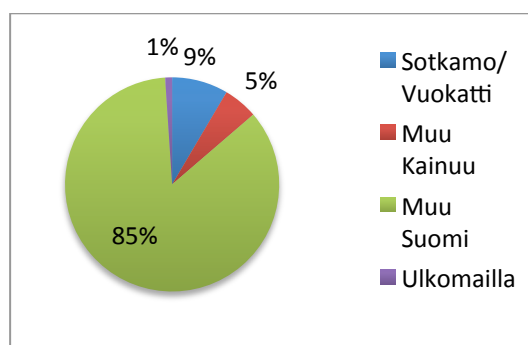
Kuvio 1. Vastaajien sukupuolijakauma (n=578)

Haastateltavilta ei kirjattu tarkkaa ikää vaan mihin ikäryhmään kuului annetuista vaihtoehtoista, jotka olivat alle 20 vuotta, 20-60 vuotta ja yli 60 vuotta. Suurin osa vastaajista sijoittui ikäryhmään 20-60 vuotta (73 %), toiseksi eniten oli yli 60-vuotiaita (25 %) ja alle 20-vuotiaita lapsia ja nuoria vastaajista oli ainoastaan 2 % (kuvio 2).



Kuvio 2. Vastaajien ikäjakauma (n=575)

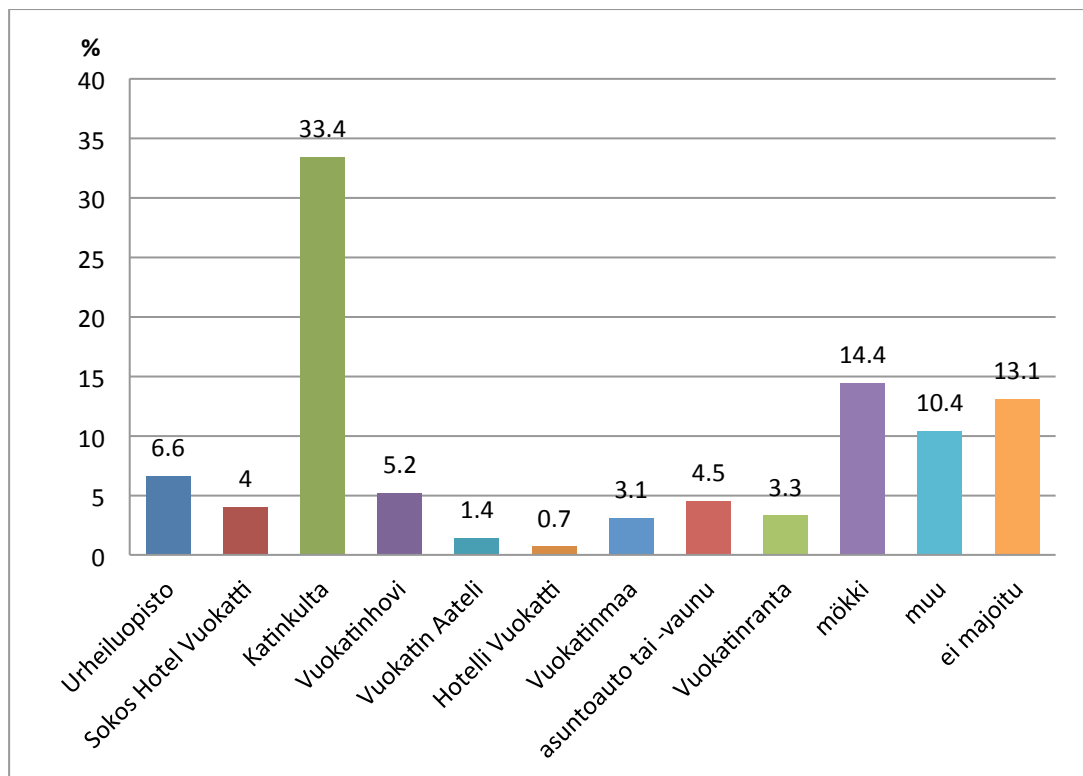
Asuinpaikka valittiin vaihtoehtoista Sotkamo/Vuokatti eli paikkakuntalainen, muu Kainuu, muu Suomi ja ulkomailla (kuvio 3). Muualta Suomesta tulleita hiihtäjiä oli ylivoimaisesti suurin osa haastatelluista (85 %). Paikkakuntalaisia oli 9 % ja muualta Kainuun alueelta tulleita 5 %. Ulkomaalaisia oli ainoastaan 1 % vastaajista.



Kuvio 3. Vastaajien asuinpaikka (n=577)

7.1.2 Majoituspaikka

Majoituspaikkaa kysyttäessä lomakkeessa oli käytännön syistä ja haastattelujen nopean sujumuuden edistämiseksi lueteltu suurimpia majoituspalveluja tarjoavia vaihtoehtoja Vuokatin ja Sotkamon alueelta (kuvio 4). Suurin osa vastaajista (33,4 %) majoittui Katinkullassa. Toiseksi suosituin majoitusvaihtoehto oli yksityinen, keskusvaraamon tai muuta kautta varattu mökki (14,4 %). Paikkakuntalaiset sekä päiväkävijät eivät majoittuneet ja heidän osuutensa vastaajista oli 13,1 %. Muita käytettyjä majoituspaikkoja olivat Urheiluopisto (6,6 %), Vuokatinhovi (5,2 %), asuntoauto tai -vaunu karavaanialueilla (4,5 %), Sokos Hotel Vuokatti (4,0 %), Vuokatinranta (3,3 %), Vuokatinmaa (3,1 %), Vuokatin Aateli (1,4 %) sekä Hotelli Vuokatti (0,7 %). Lomahuoneistot sekä muut pienemmät majoitusyritykset ovat kohdassa muu (10,4 %).

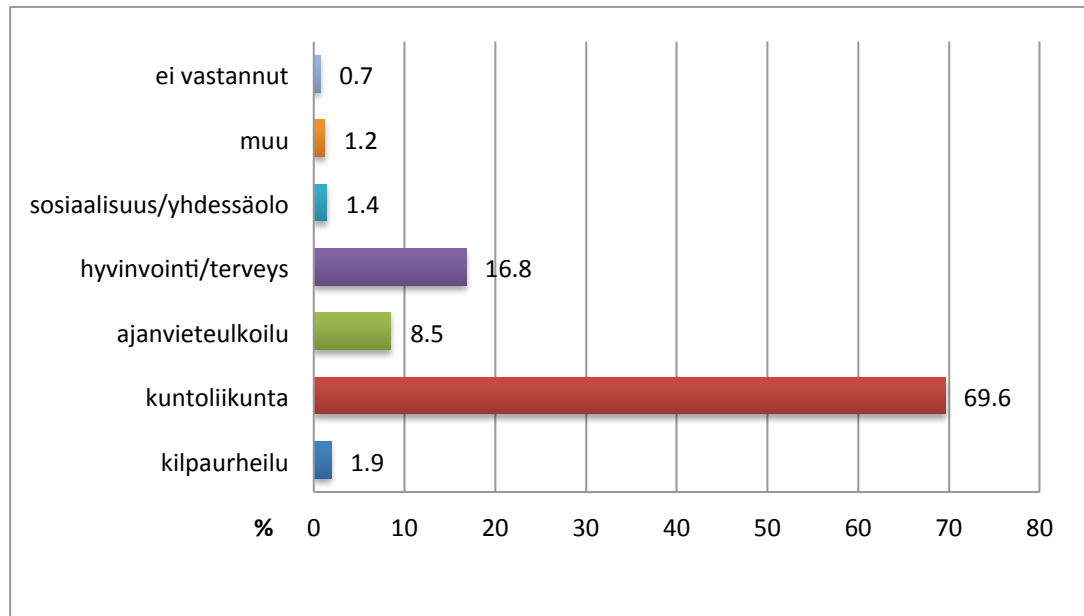


Kuvio 4. Vastaajien majoituspaikka (n=578)

7.1.3 Hiihtomotiivit

Vastaajilta kysyttiin myös syytä tai motiivia hiihtoharrastukselle (kuvio 5). Selkeästi yleisin motiivi oli kuntoliikunta (69,6 %). Seuraavaksi eniten hiihtoon kannusti hyvinvointi/terveys

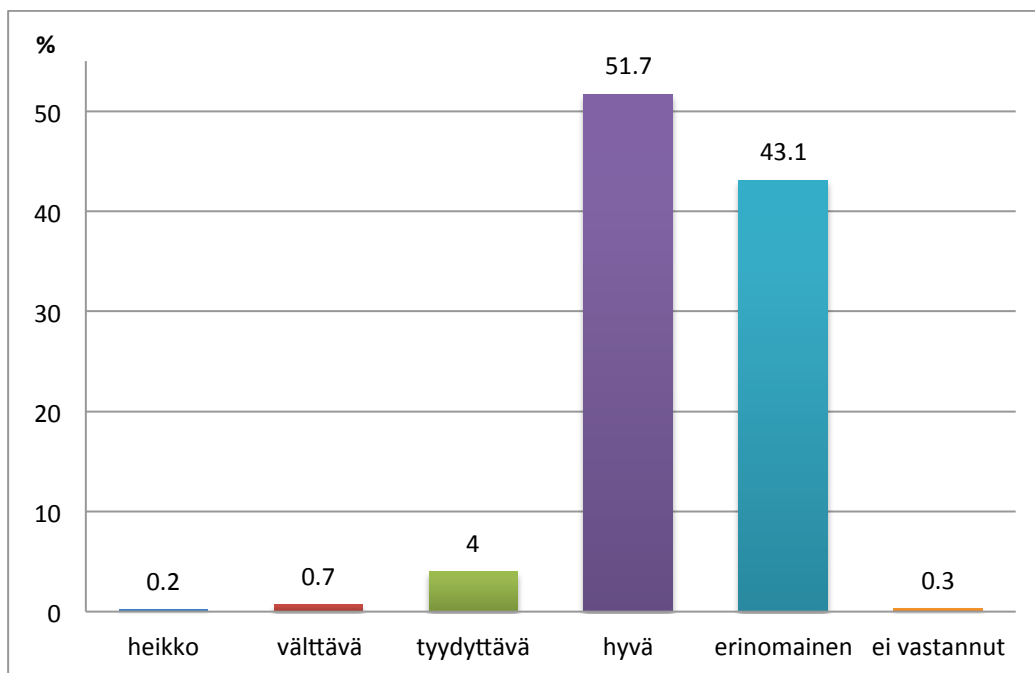
(16,8 %) sekä ajanviettelukoilu (8,5 %). Loput vastaukset jakautuivat kilpaurheilun (1,9 %), sosiaalisuuden/yhdessäolon (1,4 %) sekä muiden syiden (1,2 %) kesken melko tasaisesti. 0,7 % haastatelluista ei halunnut vastata tähän kysymykseen.



Kuvio 5. Vastaajien motiivit hiihtoharrastukselle (n=578)

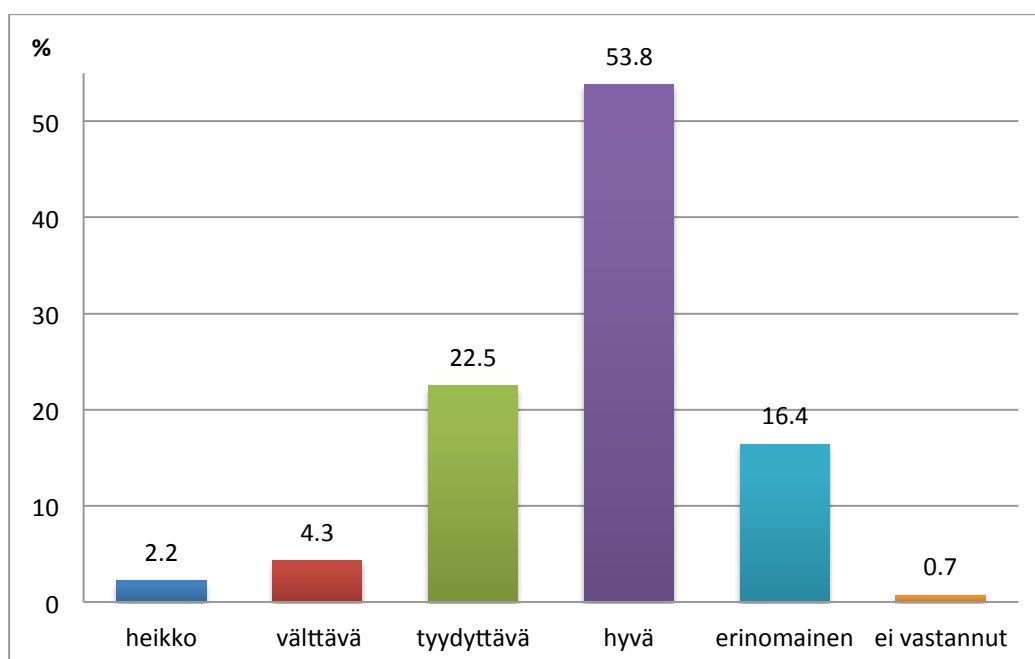
7.1.4 Tyytyväisyys latuihin ja latuopasteisiin

Kahtena viimeisenä kysymyksenä kysyttiin mielipidettä latujen kunnosta sekä latuopasteista ja kylteistä asteikolla erinomainen (5), hyvä (4), tyydyttävä (3), välttävä (2), heikko (1). Vastaukset on esitetty kuvioissa 6 ja 7. Suurin osa haastatelluista piti latujen kuntoa hyvänä (51,7 %) tai erinomaisena (43,1 %). Vastaajista 4 %:n mielestä latujen kunto oli tyydyttävä ja ainoastaan 0,7 % piti kuntoa välttävänä ja 0,2 % eli yksi vastaaja heikkona. Keskiarvo latujen kunnolle ja huollolle oli 4,37. Vastaajista 0,3 % ei vastannut lainkaan tähän kysymykseen.



Kuvio 6. Vastaajien mielipide latujen kunnosta (n=578)

Latuopasteisiin ja niiden kuntoon ei oltu aivan niin tyytyväisiä kuin latuihin, vaikka 53,8 % vastaajista piti myös opasteita hyvinä ja 16,4 % erinomaisina. Tyydyttäväksi opasteet koki 22,5 % vastaajista, välttäviksi 4,3 % ja heikoiksi 2,2 %. Keskiarvoksi tuli 3,78. Tähän kysymykseen vastausta ei antanut 0,7 % haastatelluista.



Kuvio 7. Vastaajien mielipide latujen opasteista ja kylteistä (n=578)

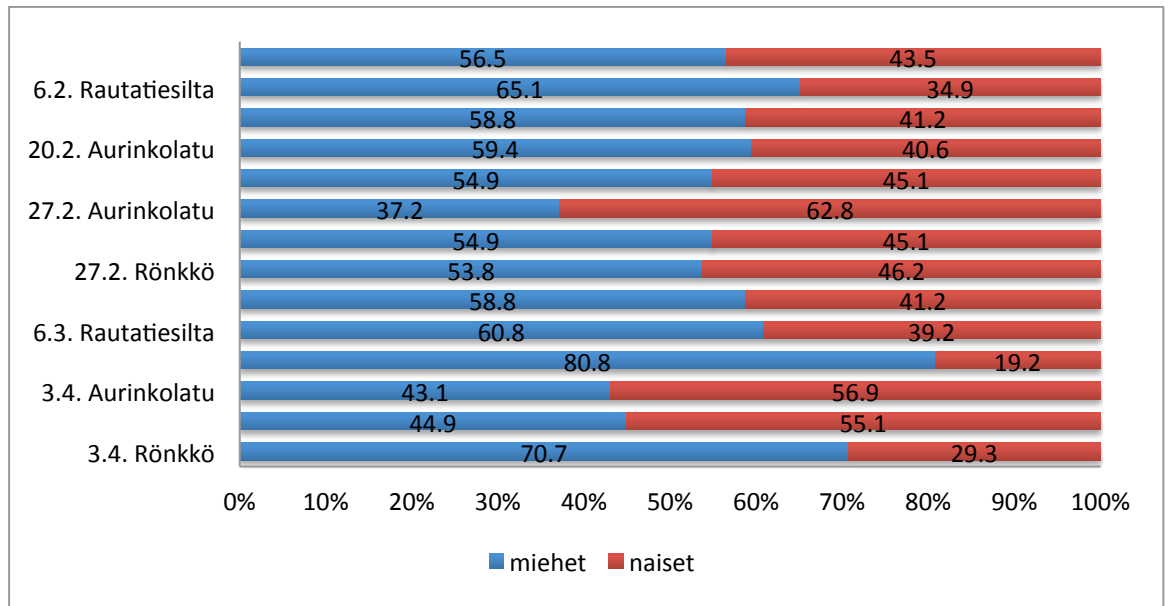
Tutkimuksessa testattiin ristiintaulukoinnilla onko sukupuolella ja mielipiteellä latuista sekä sukupuolella ja mielipiteellä latujen opasteista yhteyttä (LIITE 4). Mielipiteet latuista olivat kummallakin sukupuolella hyvin lähellä toisiaan. Miehistä hieman suurempi osa piti latuopasteita hyvinä tai erinomaisina ja naisista hieman useampi arvioi opasteet heikoiksi. Selkeää riippuvuutta sukupuolen ja mielipiteiden väliltä ei kuitenkaan löytynyt, vaan vastaukset olivat samansuuntaisia.

7.2 Haastattelujen tulokset haastattelupaikkojen ja -päivien mukaan eriteltyinä

Tutkimuksella haluttiin myös löytää mahdollisia puutteita ja kehityskohteita eri latuosuuksilta sekä selvittää, vaikuttiko ajankohta vastauksiin ja mielipiteisiin. Tässä osiossa tutkimuksen tuloksia on käsitelty kysymys kerrallaan jokaisen viiden haastattelupäivän ja kolmen haastattelupaikan osalta. Hiihtäjien määrissä ja vastauksissa oli eroja eri haastattelupäivien ja -paikkojen välillä.

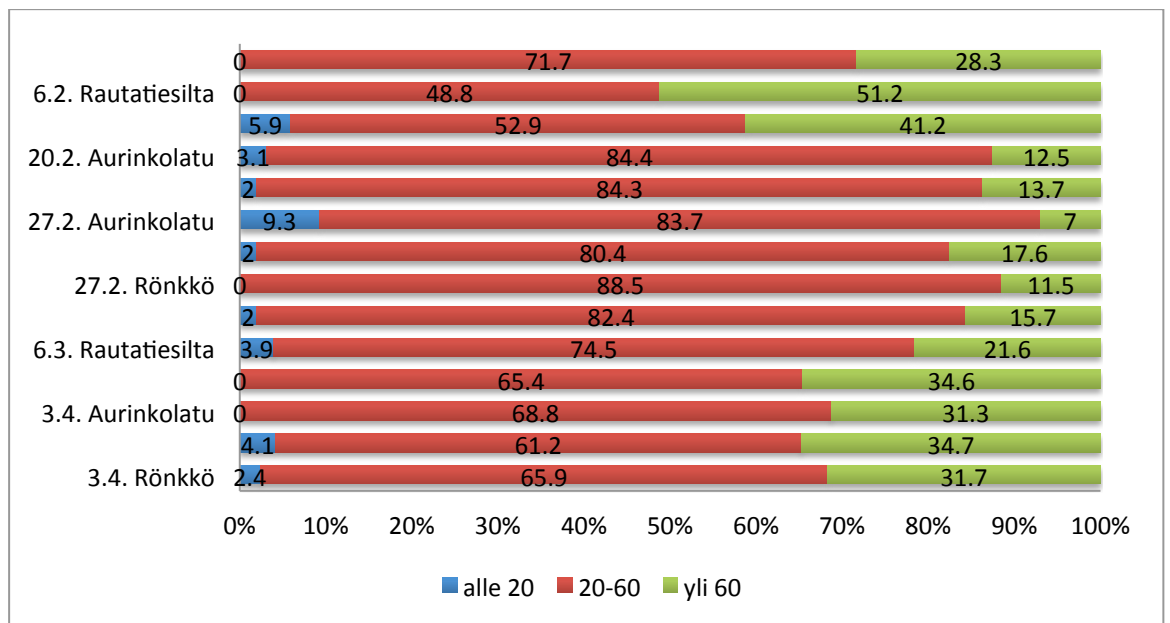
7.2.1 Taustatiedot

Kuvioissa 8, 9 ja 10 on esitetty hiihtäjien taustatiedot jokaiselta haastattelupaikalta ja -päivältä. Aurinkoladulla ensimmäisellä kerralla haastatelluista (n=46) 57 % oli miehiä ja 43 % naisia, rautatiesillalla (n=43) 65,1 % oli miehiä ja 34,9 % naisia ja Rönkön laavulla (n=17) 58,8 % oli miehiä ja 41,2 % naisia. Toisella haastattelukerralla miehiä oli molemmissa haastattelupaikoissa enemmistö, Aurinkoladulla (n=32) 59,4 % ja rautatiesillalla (n=51) 54,9 % vastaajista. Kolmantena haastattelupäivänä Aurinkoladun vastaajista (n=43) enemmistö oli naisia (62,8 %), kun rautatiesillalla (n=51) ja Rönkössä (n=26) miesvastaajia oli hieman enemmän (54,9 % ja 53,8 %). Neljännellä kerralla kaikissa haastattelupaikoissa enemmistö vastaajista oli miehiä; Aurinkoladulla (n=51) 58,8 %, rautatiesillalla (n=51) 60,8 % ja Rönkössä (n=26) 80,8 %. Viidennellä eli viimeisillä haastattelukerralla Aurinkoladulla (n=51) ja rautatiesillalla (n=49) vastanneista suurempi osa oli naisia (56,9 % ja 55,1 %), mutta Rönkössä (n=41) suurin osa vastaajista oli miehiä (70,7 %).



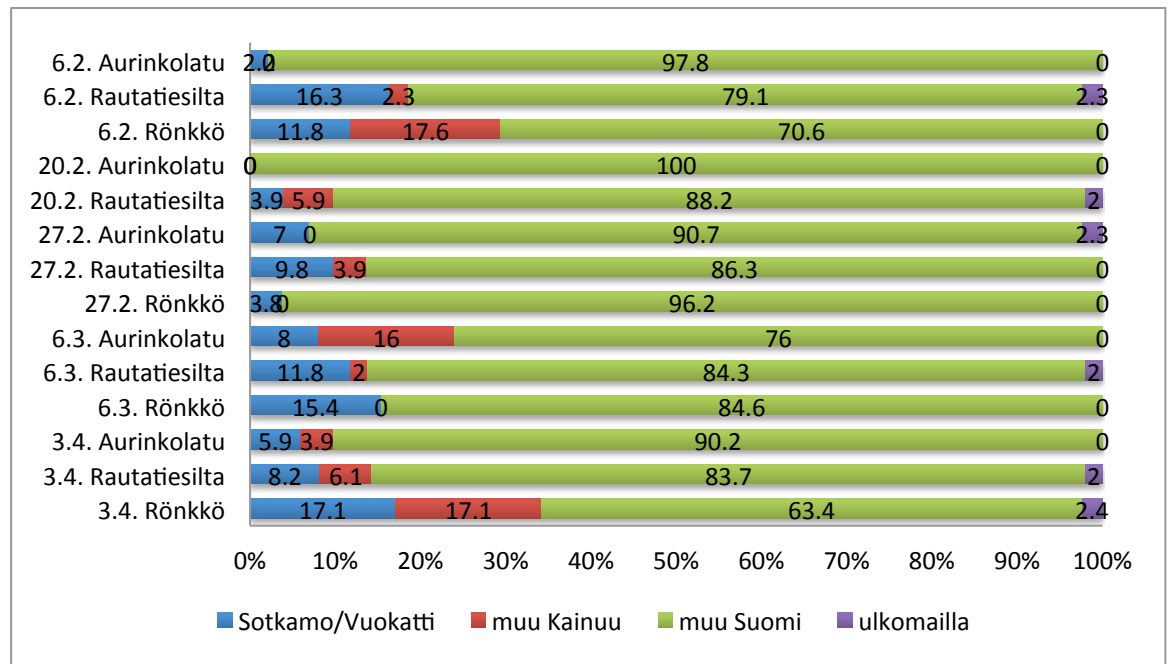
Kuvio 8. Vastaajien sukupuolijakauma haastattelupaikoittain ja -päivittäin

Rautatiesillalla 6.2. tehtyä ensimmäistä haastattelua lukuun ottamatta, yli puolet vastaajista (48,8 % - 88,5 %) kuului haastattelupaikasta ja -päivästä riippumatta ikäryhmään 20-60 vuotta. Yli 60-vuotiaiden osuus vastaajista oli suurimmillaan (28,3 % - 51,2 %) ennen ja jälkeen hiihtolomasesonkiviikkoja. Alle 20-vuotiaiden osuus vaihteli nolasta 9,3 %:iin. (Kuvio 9.)



Kuvio 9. Vastaajien ikäjakauma haastattelupaikoittain ja -päivittäin

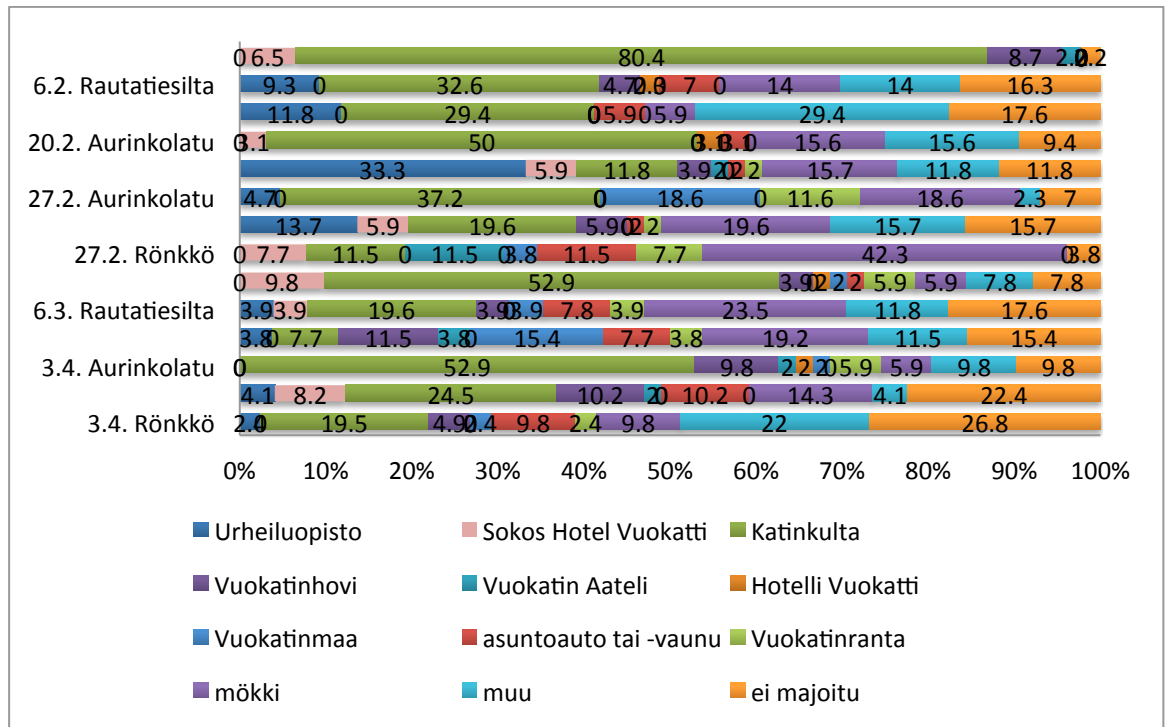
Ylivoimaisesti suurin osa vastaajista oli muualta Suomesta. Suurimmillaan Kainuun ulkopuolelta tulleiden vastaajien osuus oli 100 % Aurinkoladulla toisella haastattelukerralla ja pienimmilläänkin Rönkössä viimeisellä haastattelukerralla 63,4 %. Paikallisten eli sotkamolaisten osuus vastaajista vaihteli nollasta 17,1 %:iin ollen suurimmillaan Rönkössä 3.4. Muualta Kainuusta tulleita oli eniten ensimmäisellä haastattelukerralla Rönkössä (17,6 %). Ulkomaalaisten osuus jäi kaikissa paikoissa jokaisella kerralla hyvin pieneksi (0 % - 2,4 %). (Kuvio 10.)



Kuvio 10. Vastaajien asuinpaikkajakauma haastattelupaikoittain ja -päivittäin

7.2.2 Majoituspaikat

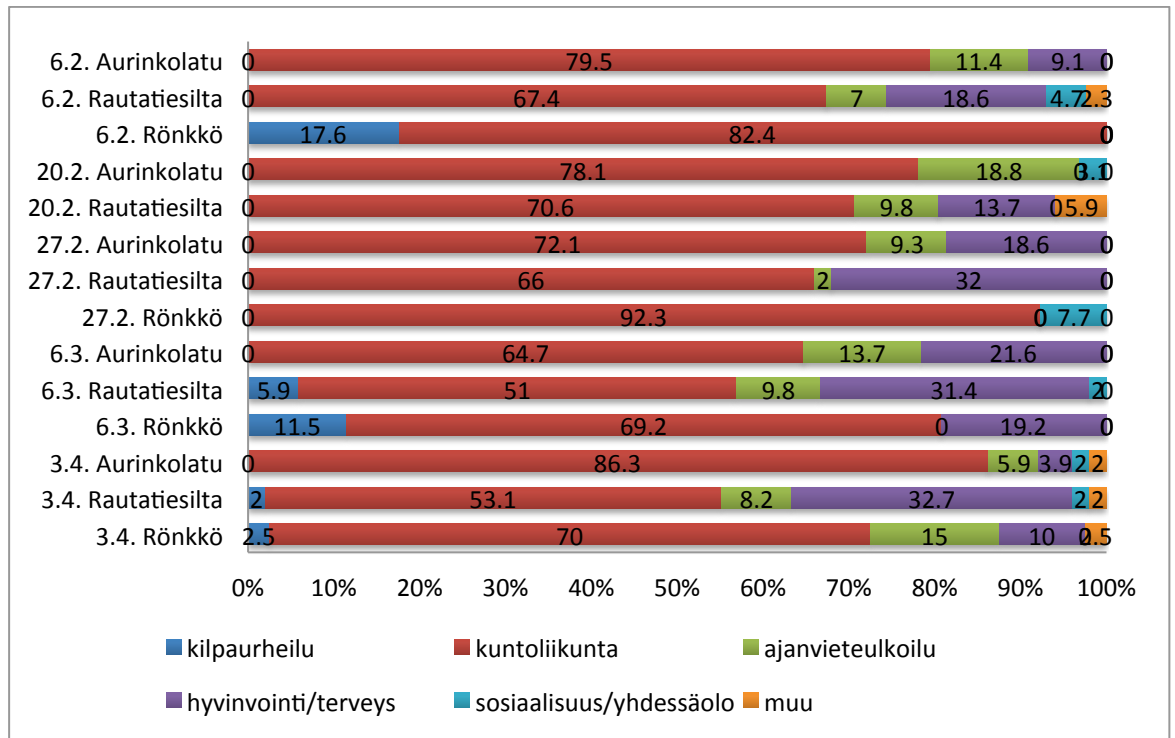
Haastateltujen majoituspaikat jakautuivat eniten vaihtoehtojen Katinkulta, mökki ja muu välille kaikkina haastattelukertoina ja kaikissa -paikoissa. Aurinkoladulla haastatelluista suurin osa majoittui Katinkullassa (37,2 % - 80,4 %). Rautatiesillalla haastateltiin suurin osa niistä vastaajista, joiden majoituspaikkana oli Urheiluopisto. Vähiten asuntoautossa tai -vaunussa majoittuneita hiihtäjiä oli Aurinkoladulla. Muutoin majoitus- ja haastattelupaikkojen sekä -päivien välillä ei selkeää yhteyttä ollut. Haastateltuja, jotka eivät majoittuneet lainkaan oli vähiten Aurinkoladulla (2,2 % - 9,8 %) ja hiihtolomaviikoilla, ja eniten ennen ja jälkeen sesonkia rautatiesillalla sekä Rönkössä (3,8 % - 26,8 %). (Kuvio 11.)



Kuvio 11. Vastaajien majoituspaikat haastattelupaikoittain ja -päivittäin eriteltynä

7.2.3 Motiivit

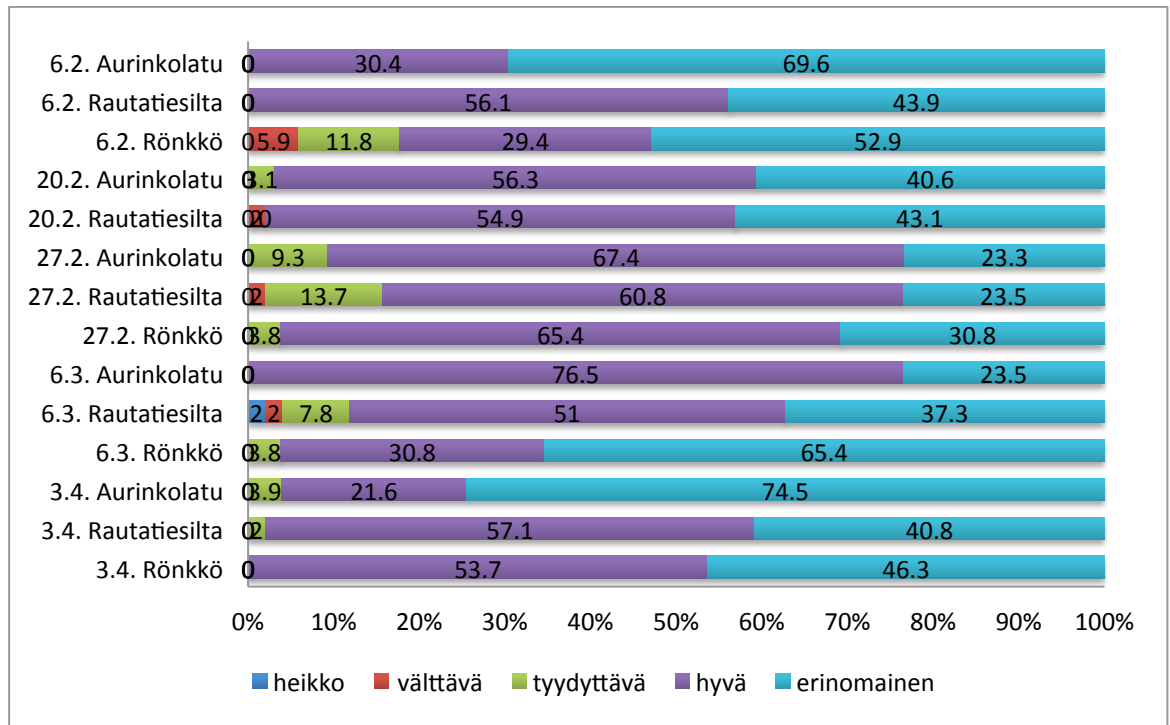
Yleisin motiivi hiihtoharrastukselle oli haastattelupaikasta ja -päivästä riippumatta kuntoliikunta. Etenkin Rönkön laavulla kuntoliikkujien osuus vastaajista korostui vaihdellen 69,2 %:ista 92,3 %:iin. Muita motivaatiotekijöitä, joita Rönkössä vastattiin, olivat kilpaurheilu (0 % - 17,6 %), sosiaalisuus ja yhdessäolo (0 % - 7,7 %) sekä jokin muu syy (0 % - 2,5 %). Rautatiesillalla oli kuntoliikunnan lisäksi eniten hyvinvoinnin ja terveyden motivoimia hiihtäjiä (13,7 % - 32,7 %). Myös ajanvieteulkoilun motivoimina hiihtäviä oli noin vajaa 10 % jokaisella haastattelukerralla. Aurinkoladulla kuntoliikunnan jälkeen yleisimmät motiivit olivat hyvinvointi ja terveys, joiden takia hiihti 0 - 21,6 %:a vastaajista sekä ajanvieteulkoilu, joka motivoi 5,9 % - 18,8 %:ia. (Kuvio 12.)



Kuvio 12. Vastaajien motiivit haastattelupaikoittain ja -päivittäin eriteltynä

7.2.4 Tyytyväisyys latuihin

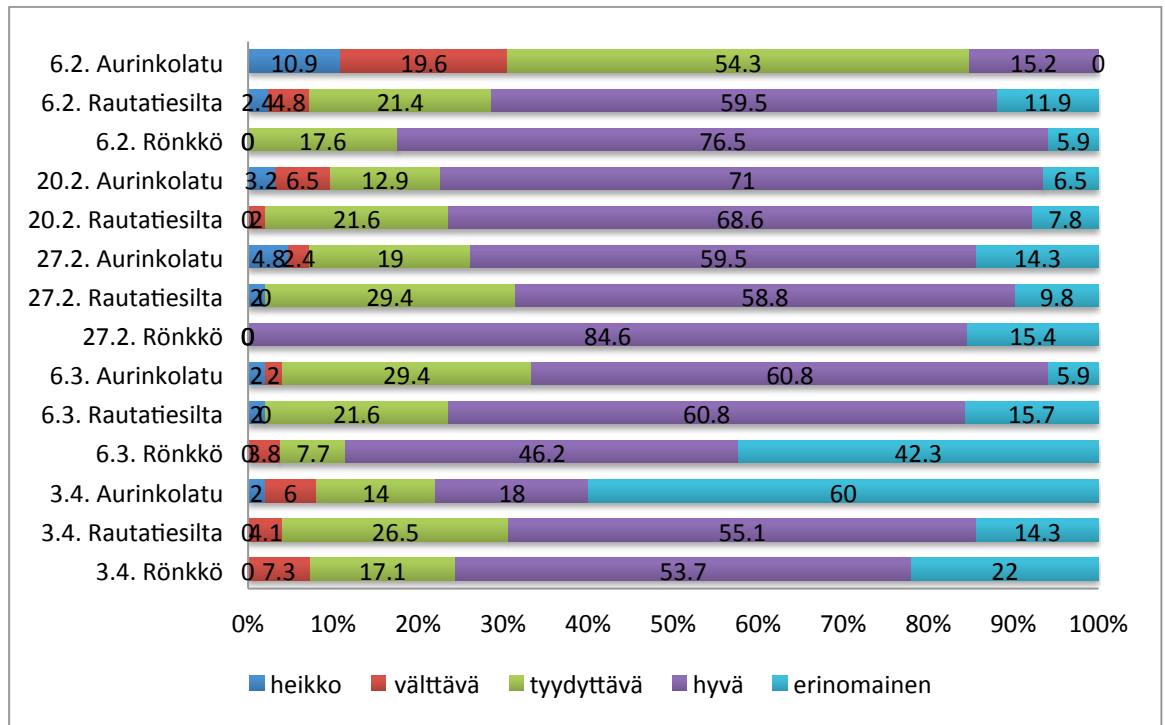
Laduista annettiin selkeästi eniten positiivista palautetta. Hyvä ja erinomainen -arvosanojen osuus oli kaikilla haastattelukerroilla ja kaikissa paikoissa yli 80 %. Tyytyväisimpiä hiihtäjät olivat latuihin ja niiden kuntoon Aurinkoladulla, jossa tyydyttäviä arvosanoja annettiin enimmillään 9,3 % (kolmas haastattelupäivä) ja erinomaisia arvosanoja oli viimeisenä haastattelupäivänä jopa 3/4 vastauksista. Ainoat heikko-vastaukset annettiin rautatiesillalla 6.3., jolloin 2 % vastaajista ei ollut lainkaan tyytyväisiä latuihin. Välttävä-vastauksia tuli eniten Rönkössä ensimmäisellä haastattelukerralla (5,9 %), ja muutoin niiden osuus oli vain 2 % rautatiesillalla toisella, kolmannella ja neljännellä haastattelukerralla. (Kuvio 13.)



Kuvio 13. Vastaajien tyytyväisyys latuihin haastattelupaikoittain ja -päivittäin eriteltynä

7.2.5 Tyytyväisyys latuopasteisiin

Latuopasteisiin oltiin tyytyväisimpiä Rönkön laavulla, jossa jokaisella kerralla yli 75 % vastaajista piti opasteita hyvinä tai erinomaisina. Aurinkoladulla annettiin eniten heikko ja välttävä -vastauksia, mutta viimeisellä haastattelukerralla kuitenkin jopa 60 % vastaajista piti opasteita erinomaisina. Ensimmäistä haastattelupäivää lukuun ottamatta Aurinkoladullakin yli 65 % haastatelluista piti opasteita vähintään hyvinä. Myös rautatiesillalla jokaisella kerralla lähes 70 % vastaajista arvioi opasteet hyväksi tai erinomaisiksi. (Kuvio 14.)



Kuvio 14. Vastaajien tyytyväisyys latuopasteisiin haastattelupaikoittain ja -päivittäin eriteltynä

7.3 Avoimet vastaukset ja kehitysehdotukset

Taulukossa 1 on esitetty haastatteluista saadut avoimet vastaukset ryhmiteltyinä sen mukaan, mitä palaute koski. Ylimpänä taulukossa ovat useimmin toistuneet aiheet. Yhteensä 392 hiihtäjää eli 67,8 % kaikista haastatteluista vastasi avoimiin kysymyksiin. Kysymykseen ”mitä mieltä olette latujen kunnosta” tuli yhteensä 173 vastausta ja kysymykseen ”mitä mieltä olette latujen opasteista” yhteensä 322 vastausta. Kaikki annetut avoimet vastaukset ovat liitteessä 5.

Taulukko 1. Yleisimmät avoimissa vastauksissa toistuneet aiheet

| Latuihin liittyvät vastaukset | Latuopasteisiin liittyvät vastaukset |
|--|---|
| Latujen kunnostus | Selkeämpiä opasteita |
| • tiheämpi huoltoväli | Yleisesti lisää opasteita |
| • roskat ja hiekka laduilla | Lisää kilometri- ja välimatkamerkintöjä |
| • perinteisen latu-urat | Karttojen ja värikoodien kehittäminen |
| • latujen pehmeys/kovuus | Selkeämmät hiihtosuuntamerkinnot |
| • latupohjien kesäkunnostus | Ajantasaisuus ja yhdenmukaisuus |
| Lisää erilaisia latuja | Latujen lähtöpaikat ja liittymäladut |
| Lisää taukopaikkoja | Varoitus- ja kieltomerkinnot |
| Tienylitysten vähentäminen ja kehittäminen | |
| Yksisuuntaisten latujen vähentäminen | |
| Paremmat liittymäladut | |

7.4 Haastattelujen aikainen säätila, latujen kunto ja hiihtäjien kokonaismäärät

Sää vaihteli haastattelupäivien välillä auringonpaisteesta kovaan lumisateeseen ja vaikutti luonnollisesti hieman myös ihmisten mielipiteisiin latujen kunnosta. Ensimmäisellä haastattelukerralla helmikuun alussa sää oli puolipilvinen ja selkeä, pakkasta oli -10 astetta ja ilman kosteus oli 88 %. Latujen kunto oli yleisesti katsoen hyvä, sillä keli oli pysynyt lähes muuttumattomana edellisten päivien ajan. Riistakameran mukaan hiihtäjiä meni rautatiesillalla 141 ja Aurinkoladun maasto-osuudella 195, mutta rautatiesillan osalta luvussa on vääristymää, koska kamera oli asennettu liian lähelle latua, eikä se kuvannut kaikkia hiihtäjiä.

Toisena haastattelupäivänä oli lähes täydellinen ulkoilusää, -8 astetta pakkasta, selkeää ja aurinkoista ilmankosteuden ollessa 80 %. Ladut olivat erittäin hyvässä kunnossa ja Etelä-Suomen hiihtolomaviikko toi Vuokattiin runsaasti hiihtäjiä. Rautatiesillalla hiihtäjien määrä oli 304 ja Aurinkoladulla 275. Kolmannelle haastattelukerralle eli Keski-Suomen hiihtolomaviikolle sää muuttui reilusti. Taivas oli pilvinen, pakkasta -2 astetta, ilmankosteus 92 % ja kello 10 ja 11 välillä satoi hieman lunta. Edellisenä päivänä oli ollut kova tuuli ja puista oli tippunut laduille paljon roskia ja oksia. Roskia lukuun ottamatta latujen kunto näytti päällisin puolin hyvältä. Tältä kerralta ei saatu riistakameran tuloksia hiihtäjien määristä.

Neljännelle haastattelupäivälle, joka oli Itä- ja Pohjois-Suomen hiihtolomaviikko, sää vaihtui jälleen. Pakkanen pysytteli edelleen -2 asteessa, mutta ilmankosteus oli 100 % koko haastattelujen ajan jatkuneen runsaan lumisateen (sademäärä 0,9mm tunnissa) takia. Vähemmän hiihdetyillä latuosuuksilla latu ehti mennä ajoittain tukkoon. Hiihtäjien määrä oli rautatiesillalla 508 ja Aurinkoladulla 297. Viimeiselle haastattelukerralle huhtikuun alkuun keli parantui edellisestä kerrasta, oli selkeä ja aurinkoinen -2 asteen pakkassää ilmankosteuden ollessa 58 %. Ladut olivat paikoin hieman jäisiä ja keväälle tyypillisesti havunneulasia ja roskia oli tippunut puista. Riistakameraa ei tällä kerralla ollut johtuen sen asentajan lomasta.

Urheiluopiston rautatiesillan kautta latukone oli ajanut joka aamu ennen haastattelujen aloittamista, poislukien viimeinen haastattelukerta, jolloin latujen kunnostus oli viimeksi tehty kaksi päivää ennen haastatteluja. Katinkullan Aurinkoladulla kunnostus oli niin ikään hoidettu joka aamu, lukuun ottamatta ensimmäistä haastattelupäivää 6.2., jolloin kone oli viimeksi ajanut kaksi päivää aikaisemmin eli 4.2. Vaarankylän 30 km:n lenkki Rönkön laavulle oli huollettu kaikista harvimmin. Latukone oli kiertänyt sieltä yksi-kaksi päivää ennen haastatteluja, ja ainoastaan toisella haastattelukerralla 20.2. latu oli ajettu samana aamuna. Lumisateisina päivinä 27.2. ja 6.3. latukone ajoi kuitenkin rautatiesillan ja Rönkön laavun ohi myös haastattelujen aikana.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia millaisia käyttäjiä Vuokatin maastohiihtoladuille on ja selvittää heidän mielipiteitään laduista ja latuopasteista. Tutkimuksen tavoitteena oli saada tietoa hiihtäjien asuin- ja majoituspaikoista sekä hiihtoharrastuksen motiiveista. Lisäksi tutkimuksella haluttiin kerätä mielipiteitä ja parannus- ja kehitysehdotuksia latujen ja latuopasteiden osalta.

Tyypillisin haastatteluun vastannut ja siten tutkimukseen osallistunut oli 20-60 –vuotias mies Kainuun alueen ulkopuolelta. Yleisin motiivi hiihtoharrastukselle oli kuntoliikunta. Vastaajat majoittuivat mieluiten mökeissä ja Katinkullassa, joka tosin tarjoaa myös mökkimajoitusta.

Latujen kuntoon ja huoltoon oltiin hyvin tai erittäin tyytyväisiä. Ainoastaan viisi haastateltua antoi laduille arvosanaksi välttävä tai heikko. Latuopasteisiin ja -kyltteihin oltiin myös melko tyytyväisiä, vaikka välttäviä ja heikkoja arvosanoja tulikin reilut 30. Eniten kehitettävää ja parannettavaa oli siis latuopasteissa ja kilometrimerkinnöissä. Erityisen huonoiksi ja puutteelliseksi opasteet koettiin Katinkullan Aurinkoladulla. Myös latujen lähtöpaikoille hotellien ja mökkialueiden luo kaivattiin lisää ja selkeämpiä kylttejä ja suuria latukarttoja. Kilometrimerkintöjä eli paljonko matkaa on hiihdetty tai on jäljellä tiettyyn pisteeseen, toivottiin reilusti lisää. Vanhojen opasteiden ja kilometrikylttien poistaminen sekä kaikkien opasteiden yhtenäistäminen nykyaikaisiksi ja ajantasaisiksi oli myös monen haastatellun toiveissa. Pieniin, paperisiin latukarttoihin toivottiin selkeyttä esimerkiksi värikoodeilla eripituisille ja -tasoisille laduille.

Kokonaisuudessaan suuria eroja eri haastattelupaikkojen ja -päivien välillä ei tuloksissa ollut. Kolmannella haastattelukerralla tuulen puista pudottamat risut ja muut roskat sekä neljännellä haastattelukerralla ollut lumisade eivät merkittävästi vaikuttaneet arvosanoihin laduista. Sen sijaan avoimissa vastauksissa roskaisuus ja toiveet tiheämmistä huoltoväleistä tulivat esille. Kehitysehdotuksia tuli myös lapsille soveltuvista helpoista ja lyhyistä laduista, koiraladusta, useammista latukahviloista ja taukopaikoista, paremmista teiden ylityspaikoista sekä latukoneen ajamisesta syvemmältä, jotta ladut eivät olisi niin jäisiä. Lisäksi yksisuuntaiset ladut, laduilla kävelijät ja luisteluhiihtoa perinteisen latu-uralla hiihtävät aiheuttivat negatiivisia kommentteja.

9 POHDINTA

Tässä osiossa on kuvailtu opinnäytetyöprosessia kokonaisuudessaan. Aluksi on esitetty tutkimuksen tulokset sekä niihin vaikuttaneita tekijöitä. Opinnäytetyön tekijä haastatteli hiihtäjiä kaikkina viitenä haastattelupäivänä rautatiesillalla, joten kyselylomakkeen ulkopuoliset havainnot hiihtäjistä ja laduista on tehty siellä. Osiossa on tarkasteltu myös tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta sekä opinnäytetyön tekijän ammatillista kehittymistä. Lopuksi on esitetty ajatuksia tällaisen tutkimuksen parantamisesta sekä jatkotutkimusaiheita aiheeseen liittyen.

9.1 Tulokset

Opinnäytetyön tutkimukseen tarvittava aineisto kerättiin haastattelemalla hiihtäjiä kasvokkain Vuokatin laduilla talvella 2013. Tämä oli hyvä keino vaikuttaa vastauksien määrään ja laatuun, sillä kokemuksien mukaan monet jättivät helposti vastaamatta kirjallisessa tai sähköisessä muodossa oleviin kyselyihin ja tutkimuksiin, varsinkin jos ne ovat kovin pitkiä. Haastattelemalla voitiin vaikuttaa paremmin myös siihen, että vastaajat vastasivat jokaiseen lomakkeen kysymykseen. Haastattelu mahdollisti siis aineiston keruutilanteiden joustavuuden vastaajia tarpeen mukaan myötäillen (Hirsjärvi ym. 2009, 205). Joitakin tyhjiä vastauksia lomakkeissa silti oli, johtuen mahdollisesti haastattelijoiden kiireestä. Välillä hiihtäjät tulivat haastattelupaikoille useamman hengen ryppäinä, eikä haastattelijaa välttämättä ehtinyt tai huomannut merkata kaikkien vastauksia lomakkeen jokaiseen kysymykseen. Avoimiin vastauksiin jätti vastaamatta vain noin kolmasosa haastatelluista, mikä oli varmasti ainakin osittain sen ansiota, ettei vastaajien tarvinnut itse kirjoittaa vastauksiaan.

Sukupuoli

Haastatellut jakautuivat sukupuolen osalta melko tasan, vaikka miehiä olikin hieman enemmän (56 %). Tämän perusteella ei voida yleistää, että miehet olisivat innokkaampia hiihtäjiä tai kyselyyn vastaajia. Rönkön laavulla vastanneissa miesten suurempi osuus kuitenkin korostui muihin haastattelupaikkoihin verrattuna, joten karkeasti yleistettynä miehet ehkä hiihtävät

naisia pidempiä lenkkejä. Yleisesti liikunta-aktiivisuutta koskevilla tutkimuksilla miehet ovat vaikuttaneet olleen hieman naisia aktiivisempia liikunnan harrastajia (Eurobarometer 2010, 12; Statistisk sentralbyrå 2011; Canadian Heritage 2013, 18).

Ikä

Haastatelluilta ei kysytty tarkkaa ikää, sillä tällä kysymyksellä haettiin suuntaa-antavaa tietoa ikäjakaumasta. Alle 20-vuotiaiden vastaajien, joita oli vain 2 % kaikista haastatelluista, voidaan olettaa olevan lapsia, koululaisia ja opiskelijoita eli ei vielä juurikaan mukana työelämässä. Lasten ja nuorten vastausten vähäinen määrä johtui osittain siitä, että heitä näkyi ladulla aikuisia vähemmän, mutta myös siitä, että etenkin lapset saattavat olla arkoja vastaamaan vieraan ihmisen kysymyksiin eivätkä välttämättä ymmärrä kyselyn ja tutkimuksen tarkoitusta. Haastatellut lapset ja nuoret hiihtivät myös havaintojen mukaan pääsääntöisesti vanhempiensa tai muiden aikuisten kanssa, jolloin aikuiset itse valikoituivat vastaajiksi.

20-60 -vuotiaista, joita vastaajista oli suurin osa (73 %), moni on yleensä työelämässä ja heidän ajankäyttönsä päiväaikaan on rajoitetumpaa. Tämä näkyi tarkastellessa vastaajien ikäkaumaa haastattelupäivien ja -paikkojen mukaan eriteltynä. Hiihtolomaviikoilla eli 20.2., 27.2. ja 6.3. tehdyissä haastatteluisissa 20-60 -vuotiaiden vastaajien määrä oli selkeästi suurempi suhteessa yli 60-vuotiaiden määrään ja verrattuna ennen ja jälkeen lomasesonkiviikkoja tehtyihin haastatteluihin. Yleensä monet yli 60-vuotiasta ovat eläkkeellä, jolloin vapaa-aikaa saattaa olla työikäisiä enemmän ja mahdollisuuksia hiihtää päiväaikaan myös lomaviikkojen ulkopuolella.

Asuinpaikka

Kyselyyn vastanneista suurin osa oli tullut Vuokattiin hiihtämään muualta Suomesta. Ennen haastattelujen aloittamista oletuksena oli, että ennen ja jälkeen lomasesonkiviikkoja hiihtäjistä suurin osa olisi ollut paikallisia eli sotkamolaisia ja muualta Kainuusta tulleita ja sesonkiviikoilla muualta Suomesta tulleita matkailijoita. Tämä hypoteesi toteutui osittain. Sotkamolaisia hiihtäjiä haastateltiin eniten rautatiesillalla sekä kahtena viimeisenä haastattelupäivänä, ja vähiten Aurinkoladulla sekä toisella haastattelukerralla. Näihin tuloksiin vaikuttaa hieman se, ettei Rönkössä ollut haastattelijaa toisella haastattelukerralla. Ennen sesonkia 6.2. rautatiesillalla ja Rönkössä haastatelluista hieman suurempi osa oli kainuulaisia kuin sesongin aikana.

Myös 6.3., jolloin oli Kainuussa hiihtolomaviikko, paikallisia hiihtäjiä oli enemmän kuin Etelä- ja Keski-Suomen hiihtolomaviikoilla 20.2. ja 27.2. Ulkomaalaisia hiihtäjiä tutkimukseen vastasi yhteensä kuusi ja heitä kävi kaikilla kolmella haastattelupaikalla. Heiltä ei kysytty kotimaata, mutta rautatiesillalla haastatellut ulkomaalaiset kertoivat olevansa Venäjältä sekä Itä-vallasta. He toivoivat avoimissa vastauksissa opasteisiin myös englanninkielisiä tekstejä, mikä olisikin järkevää, sillä Vuokatissa käy paljon ulkomaalaisia ja etenkin venäläisiä matkailijoita. Vaihtoehto monella kielellä oleville teksteille olisivat selkeä kuvat ja symbolit sekä värikoodit.

Majoitus

Tutkimukseen osallistuneista hiihtäjistä eniten majoittui Katinkullassa (33,4 %). Aurinkoladulla hiihtäneistä suurin osa ilmoitti majoituspaikakseen Katinkullan. Tämä oli odotettavissa, sillä Aurinkolatu sijaitsee Katinkullan välittömässä läheisyydessä. Vuokatin Urheiluopistolla majoittuneita hiihti eniten rautatiesillan kautta (32) ja vähiten Aurinkoladulla (2) ja Rönkössä (4). Rautatiesilta sijaitsee aivan Urheiluopiston takana, joten siellä majoittuvat joutuvat hiihtämään rautatiesillan kautta, mikäli haluavat suunnata ylämaaston, Katinkullan tai Särkisen laduille. Etelä-Suomen hiihtolomaviikolla 20.2. Urheiluopistolla majoittuneita oli eniten ja viimeisellä haastattelukerralla 3.4. vähiten. Muiden valmiiksi annettujen majoitusvaihtoehtojen osuudet jäivät pieniksi ja joihinkin tuli vain yksittäisiä vastauksia. Kukaan maksullista majoitusta käyttäneistä ei kertonut majoittuvansa Sotkamon keskustassa eli esimerkiksi vaihtoehtona olleessa Hotelli Tuliketussa. Rautatiesillalla haastatelluista hiihtäjistä monet kuitenkin käyttivät yhdyslatua Sotkamon Hiukkaan ja avoimissa vastauksissa tuli useita kehitysehdotuksia koskien nimenomaan Vuokatin ja Sotkamon välisiä latuja. Ei majoittuneiden osuus noudatteli melko lailla sotkamolaisten ja muiden kainuulaisten määriä, mutta muuta majoituspaikan perusteella ei hiihtäjistä oikeastaan voida päätellä. Tiedot majoituspaikoista olivat kuitenkin kiinnostavia toimeksiantajalle.

Motiivit

Hiihtoharrastuksen motiiveista yleisin oli kuntoliikunta, jonka vastasi lähes 70 % kyselyyn osallistuneista. Tätä selittää mahdollisesti se, että ihmiset ovat tiedostaneet kuntoliikunnan merkityksen hyvinvoinnilleen sekä maastohiihdon hyödyt koko kehoa kuormittavana lajina.

Myös lajin pitkät perinteet kilpa- ja kuntoliikuntamuotona ovat saattaneet muodostaa mielikuvan, että ei ladulle vain hovin vuoksi lähdetä. Yksi haastateltu vastasikin motiivikseen kuntoliikunnan sijaan muu eli koska hän on hiihtänyt aina.

Kilpahiitäjien osuus, eli vajaat 2 % vastanneista, jäi odotetusti pieneksi, sillä etenkin rautatiesillan kautta menneistä kilpahiitäjistä suurin osa hiihti niin vauhdikkaasti ja keskittyneesti, ettei heidän pysäyttämisenä lyhyttäkään haastattelua varten onnistunut. Rönkön laavun sijainti Vuokatin laduista pisimmän eli Vaarankylän 30 km:n lenkin puolivälissä todennäköisesti selittää, miksi haastatelluista kilpaurheilijoista suurin osa vastasi juuri siellä. Kilpahiitäjät käyttävät kyseistä latureittiä enemmän pitkiin ja rauhallisempiin lenkkeihin ja laavu on sopivassa kohtaa juomataukoa ajatellen. Tällöin pysähtymien ei todennäköisesti sotkenut harjoitusta, toisin kuin rautatiesillalla, jossa kilpahiitäjät näyttivät tekevän kovatehoisempia harjoituksia. Aurinkoladulla yksikään vastanneista ei hiihtänyt kilpaurheilun takia, vaan kuntoliikunnan lisäksi ajanviettelukoilu sekä hyvinvointi ja terveys kiinnostivat hiihtäjiä.

Sosiaalisuus ja yhdessäolo eivät olleet kovin monille haastatelluille päämotiiveita, mutta laduilla näkyi paljon pariskuntia, perheitä sekä kaveri- ja työporukoita. Sosiaalisuus tuleekin ehkä ennemminkin muiden motiivien ohessa ja lisänä, muttei pelkästään riitä tai tunnu syyllä lähteä hiihtämään. Avoimissa vastauksissa tuli muutamina kehitysehdotuksina, että joillakin latuosuuksilla voisi olla kaksi samaan suuntaan menevää perinteisen latua vierekkäin ”seurustelulatuina”. Parhaat paikat ”seurusteluladuille” olisivat turvallisuuden ja mielekkyyden takia melko tasaisessa maastossa, kuten jäällä tai pitkillä reiteillä, kuten Vaarankylän 30 km:n lenkillä.

Mielipiteet latujen kunnosta

FastROI- palvelun kautta saadut tiedot latujen huoltoajankohdista sekä säästä kirjatut havainnot auttoivat hieman tarkastelemaan ja ymmärtämään hiihtäjien antamia vastauksia kysymykseen ladun kunnosta. Aurinkoladulla latujen kunnosta ei tullut lainkaan heikkoa tai välttävää palautetta vaan jokaisella haastattelukerralla yli 90 % vastaajista piti latujen kuntoa hyvänä tai erinomaisena. Aurinkolatu olikin huollettu latukoneella aina aamuisin ensimmäistä haastattelupäivää lukuun ottamatta, mutta silloin keli oli ollut muuttumaton usean päivän ajan ja vastauksista suurin osa (lähes 70 %) oli erinomaisia. Eniten tyydyttäviä arvosanoja tuli 27.2., jolloin vaikutti varmasti ladun roskaisuus edellispäivän kovan tuulen takia. Erinomaisia

arvosanoja annettiin eniten viimeisillä haastattelukerralla, jolloin sääkin oli aurinkoinen ja kuiva.

Rautatiesillalla annettiin yksittäisiä heikko ja välttävä –vastauksia latujen kunnosta 20.2., 27.2. sekä 6.3. Näiden arvosanojen syinä voisivat olla avoimissa vastauksissa annetut kommentit perinteisen ladun kulkemisesta liian reunassa, sauvan uppoamisesta ladun ulkopuolella liian syvälle pehmeään lumeen sekä hiekasta ladulla. Tyydyttäviä vastauksia tuli Aurinkoladun tapaan eniten 27.2. Kuitenkin jokaisella haastattelukerralla yli puolet vastaajista piti latuja hyvinä ja kolmatta haastattelupäivää lukuun ottamatta yli kolmasosa erinomaisina.

Rönskössä ensimmäisellä haastattelukerralla 6.2. tuli eniten välttäviä ja tyydyttäviä arvioita, joihin on vaikea sanoa tarkkaa syytä. Latu oli ajettu edellisen päivän aamuna, mutta sää oli hyvä hiihtoa ajatellen. Vastaajien vähäinen määrä (17) tuona päivänä toki korostaa vain muutamien haastattelun antamaa välttävä ja tyydyttävä –vastausta.

Kaikilla haastattelupaikoilla vähiten erinomaisia arvosanoja saatiin kolmannella haastattelukerralla eli latujen roskaisuutta voidaan pitää suurimpana syynä hiihtäjien tyytymättömyyteen. Neljännellä haastattelukerralla ollut kova lumisade ei vaikuttanut tyytyväisyyteen, vaan hiihtäjät ehkä suhteuttivat vastauksensa säähän ja kertoivat mielipiteensä parempien sääolosuhteiden ajalta, jos heillä sellaisilta kokemusta oli. Avoimissa vastauksissa toiveita latujen tiheimmästä ja aikaisemmasta huoltamisesta lumisateella kuitenkin tuli, etenkin heti aamusta hiihtämään lähteneiltä ja ylämaastossa sekä Katinkullan ja Urheiluopiston välisellä ladulla hiihtäneiltä. Latukoneen reittiä suunnitellessa ei tietenkään voi miellyttää kaikkia ja siksi FastROI-palveluun päivittyvät tarkat ja ajantasaiset tiedot huoltoajankohdista ovat hyödyllisiä. Toinen jonkinasteisia kompromisseja vaativa asia on perinteisen latu-urien sijainti. Perinteistä hiihtäville tullut palaute siitä, että latu-ura kulkee liian reunassa ja että luisteluhiihtäjät toisinaan rikkovat latua hiihtämällä sen päällä, on hankala yhtälö. Siirtämällä latu-uria keskemälle kapenee luisteluhiihtoon tarkoitettu väylä entisestään ja luistelusuksien liukuminen perinteisen ladun päälle todennäköisesti lisääntyisi.

Mielipiteet latuopasteista

Mielipiteet latuopasteista vaihtelivat etenkin Aurinkoladulla paljon. Huonoimmat arvosanat opasteet saivat ensimmäisellä haastattelukerralla, jolloin yli puolet vastaajista antoi tyydyttä-

vän arvosanan, viidesosa välttävän ja kymmenesosa heikon. Viimeisellä haastattelukerralla taasen 60 % vastaajista piti opasteita erinomaisina ja alle neljäsosa antoi tyydyttävän tai sitä heikomman arvosanan. Sään ei pitäisi selittää mielipiteitä latuopasteista yhtä paljon kuin mielipiteitä itse laduista, mutta toki huono hiihtokeli, huonosti toimivat sukset, väsymys tai hiihtäjälle uudet hiihtomaastot ja -ladut saattavat vaikuttaa vastauksiin. Haastatteluissa annetut arvosanat sekä avoimet vastaukset kertoivat kuitenkin selkeästi, että Aurinkoladulla ja muilla Katinkullan alueelta lähtevillä laduilla opasteissa ja kartoissa on selkeyttämisen, lisäämisen ja parantamisen tarvetta.

Rautatiesillalla mielipiteet latuopasteista olivat hyvin samansuuntaisia kaikkina haastattelupäivinä ja yli puolet vastaajista piti opasteita hyvinä. Sotkamolaiset hiihtäjät sanoivat opasteiden olevan itselleen riittäviä, mutta matkailijoita saa monesti neuvoa oikealle ladulle. Isoa karttaa/infotaulua rautatiesillalla käytettiin paljon, mutta monet hiihtäjät tutkivat sitä pitkään ja kysyivät neuvoa ja suosituksia laduista. Rautatiesillalla annettiin eniten kehitysehdotuksia, joista suuri osa koski kiertosuuntamerkitöjä, risteysiä, latujen lähtöpaikkoja sekä kilometrimerkintöjä.

Myös Rönkössä opasteita pidettiin hyvinä, sillä tyydyttäviä ja välttäviä vastauksia tuli vähän, alle neljäsosa kaikilla haastattelukerroilla. Vaarankylän 30 km:n lenkki on toisaalta selkeä hiihtää, kun pääsee alussa oikealle ladulle. Harvaan rakennetuilla alueilla kulkevalta ajetulalta ladulta on vaikeampi eksyä kuin esimerkiksi ylämaaston reiteillä, jossa useita latuja risteää moneen suuntaan ja kylttien sekä väärä hiihtosuunta –merkkien tarve on suurempi. Pitkällä lenkillä tarve paljonko matkaa jäljellä lähtöpaikkaan tai seuraavaan taukopaikkaan –kylteille kasvaa, sillä uupumuksen iskiessä niillä saattaa olla suuri merkitys psyykkiselle jaksamiselle.

9.2 Tulosten hyödyntäminen

Tutkimuksella saatiin vastaukset kaikkiin asetettuihin tutkimusongelmiin, joten kokonaisuutena opinnäytetyön voidaan katsoa täyttäneen tarkoituksensa. Avoimissa vastauksissa tuli paljon hyviä kehitysehdotuksia, joita toimeksiantaja toivottavasti pystyy hyödyntämään ja toteuttamaan lähitulevaisuudessa. Avoimissa vastauksissa ilmeni myös yhtäläisyyksiä Suomen Ladun (2011, 43-45, 49) Sulka II –hankkeen tulosten kanssa etenkin seuraavassa lueteltujen tekijöiden osalta: opasteiden ja kylttien, karttojen sekä tauko- ja levähdyspaikkojen kehittäminen, kävelijöiden saaminen pois laduilta, luisteluhiihtäjien pysyminen poissa perinteisen

latu-uran päältä, erillisten koiralatujuen lisääminen ja kehittäminen sekä lapsille tarkoitettujen lyhyiden latujen ja seikkailullisia ja leikkisiä elementtejä sisältävien hiihtomaiden rakentaminen. Koirien irtipitämisen laduilla kieltää myös järjestyslaki (Finlex 2003).

Tulevaisuutta ajatellen myös maastohiihdon olosuhteiden, ulkoilureittien ja kunnan liikuntapalvelujen suunnittelussa ja kehittämisessä tulee ottaa huomioon ilmastonmuutos sekä suurten ikäluokkien ikääntyminen. Vähälumiset talvet ja hiihto-olosuhteiden heikkeneminen etenkin Etelä-Suomessa saattavat vähentää harrastajamääriä, jos hiihtäminen muuttuu kalliimmaksi maksullisten latujen myötä ja aikaavievämmäksi välimatkojen pidentyessä ja latujen keskittyessä vain tiettyihin paikkoihin (Sievänen ym. 2005, 26-28). Toisaalta tämä voi olla myös hyvä asia hiihtokeskusten, kuten Vuokatin kannalta, jos ihmiset suuntaavat vapaaajallaan entistä useammin lumivarmoille alueille ja paikkoihin, joissa on teko- tai säilölumilatuja. Kuitenkin, jos ihmiset eivät opi ja ylläpidä hiihtoharrastustaan kotiseuduillaan, voi kynnyksen lähteä lomallakaan hiihtämään kauemmaksi kasvaa.

Reittien laatuun, turvallisuuteen ja soveltavuuteen vähän hiihtäneille ja ikääntyneille kannattaa panostaa, sillä he saattavat olla tulevaisuudessa merkittävä käyttäjäryhmä. Väestön ikääntyminen ja suurten ikäluokkien eläköityminen lisää sekä matkailupalveluiden ja -tuotteiden kysyntää sesonkien ulkopuolella että vaatimuksia laadulle, mukavuudelle ja ennen kaikkea turvallisuudelle (European Travel Action Group 2004). Opasteiden yksinkertaiset, mutta tarkat ja tarpeeksi suurella fontilla kirjoitetut tekstit, usein toistuvat kilometrimerkinnät sekä latujen vaativuusasteiden ja palvelutasojen selkeä ilmoittaminen latukartoissa ja latujen lähtöpaikoilla lisäävät turvallisuutta. Näitä asioita toivottiin paljon myös tämän tutkimuksen avoimissa vastauksissa.

9.3 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen reliabiliudella tarkoitetaan tutkimuksella saatujen mittaustulosten toistettavuutta (Hirsjärvi ym. 2009, 231). Tässä tutkimuksessa reliabelius tarkoitti sitä, että jos vastaavanlainen kyselyhaastattelu toteutettaisiin uudelleen, se antaisi samanlaisia tuloksia. Samanlainen tutkimus voitaisiin tehdä esimerkiksi vuoden päästä samoilla latuusuuksilla. Kysely voitaisiin toteuttaa myös jonkun muun kunnan tai hiihtokeskuksen profiililtaan ja pituudeltaan vastaavanlaisilla laduilla.

Arvioitaessa tutkimuksen luotettavuutta tarkastellaan myös validiteettiä, jolla tarkoitetaan käytetyn mittarin, eli tässä tapauksessa kyselylomakkeen, kykyä mitata haluttua asiaa (Hirsjärvi ym. 2009, 231). Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa latujen käyttäjistä ja heidän mielipiteistään latujen huollon ja opasteiden osalta. Kyselylomakkeen tuli olla sellainen, että kaikki haastateltavat ymmärtävät kysymykset samalla tavalla kuin tutkija on tarkoittanut (Hirsjärvi ym. 2009, 231). Koska haastatteluja suoritti useampi henkilö, oli tärkeää ohjeistaa heidät kaikki tekemään kysely samalla tavalla, jotta pystyttiin minimoimaan haastatteloista johtuvat erot tuloksissa (LIITE 3). Haastattelijat ohjeistettiin pysymään puolueettomina eli saadut vastaukset tuli kirjata sellaisenaan eikä niihin saanut tehdä muutoksia. Haastateltavia ei myöskään saanut ohjailla vastaamaan tietyllä tavalla etenkin mielipidekysymyksiin latujen kunnosta ja opasteista. Avoimet vastaukset kahteen viimeiseen haastattelulomakkeen kysymykseen vaihtelivat kuitenkin haastattelijasta riippuen. Osa oli tiivistänyt haastateltavien vastaukset hyvin yksinkertaiseen tyyliin ”selkeyttä opasteisiin” ja ”enemmän” ja osa kirjannut tarkempiakin kehitysehdotuksia, kuten ”Vuokatin rannasta helpompia latuja lapsiperheille” ja ”reittitunnelin lasku vaarallinen, nousu ennen Vuokatinvaaraan tietä loivempaan kohtaan”. Kaikki avoimet vastaukset näkyvät liitteessä 5.

Tutkimusta tehtäessä tulee noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä, jotta voidaan puhua eettisesti hyvästä tutkimuksesta (Hirsjärvi ym. 2009, 23). Kyselyyn vastaaminen oli täysin vapaaehtoista, haastateltavien nimiä tai henkilötietoja ei kysytty ja vastaukset käsiteltiin kokonaistuloksina, joten yksittäistä vastaajaa ei voida tunnistaa tuloksista. Vastaajille kerrottiin tarvittaessa, eli heidän sitä kysyessä, kuka kyselyä tekee ja mitä tarkoitusta varten. Alkuperäiset vastauslomakkeet tuhottiin opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Tuloksia ei ole yleistetty koskemaan kaikkia Vuokatin latujen käyttäjiä tai hiihtäjiä. Tutkimuksen raportoinnissa ei plagioitu eli käytetty luvatta toisten kirjoittamia tekstejä vaan lähteet on merkitty oikealla tavalla. Lähteiden valinnassa käytettiin kritiikkiä ja huomioitiin niiden ajankohtaisuus.

9.4 Ammatillinen kehittyminen

Opinnäytetyöprosessi alkoi syyskuussa 2012, jolloin työn aihe valikoitui Kajaanin AMK:n opinnäytetöiden aihepankista. Oma kilpahiihtotaustani sekä kova kiinnostus maastohiihtoa kohtaan yhdessä monien Vuokatissa vietettyjen harjoitusleirien ja kilpailumatkojen kanssa tekivät aiheen valinnasta lopulta helpon. Otettuani yhteyttä työn toimeksiantajaan sain raamit

ja taustatietoa tutkimuksen tarpeesta, joiden pohjalta esitin aiheanalyysin joulukuussa 2012. Tammikuussa 2013 pidimme ohjaavan opettajan ja toimeksiantajan kanssa palaverin, jossa tarkentuivat tutkimuksen tavoitteet sekä toimeksiantajan tarvitsemat tiedot. Näiden pohjalta etsin teorian tietoa sekä tein opinnäytetyön suunnitelman, jonka esitin tammikuun lopussa. Haastattelut olivat helmi-huhtikuussa 2013 ja tulosten analysoinnin aloitin huhtikuun lopulla. Varsinaisen opinnäytetyön kirjoittamisen eli raportoinnin tein syys-marraskuussa 2013, ja opinnäytetyön esitys oli 12.11.2013. Tämän jälkeen oli vuorossa kypsyysnäyte sekä työn parantelemista. Valmiin opinnäytetyön palautin 3.12.2013.

Liikunnanohjaajaksi (AMK) valmistuneelta odotetaan sekä ammattikorkeakoulututkinnon yhteisten että liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelman omien työelämävalmiuksien eli kompetenssien hallintaa. Yhteisistä kompetensseistä tätä opinnäytetyötä tehdessä korostuivat innovaatio-osaaminen sekä oppimisen taidot. Opinnäytetyön tekeminen on projektiluontoista, ja koska kyseessä oli minulle ensimmäinen oikea tutkimustyö, sai ongelmien ratkaisukykyä käyttää ja soveltaa monta kertaa. Opin paljon perustietoa määrällisen tutkimuksen tekemisestä ja menetelmistä, joita pystyn varmasti hyödyntämään tulevaisuudessa työelämässä ja mahdollisissa jatko-opinnoissa. Sain myös varmuutta tehdä ajallisesti rajattua työtä ja pysyin hyvin mukana sekä omissa että koulun laatimissa aikatauluissa. Teoriatiedon ja aiheesta tehtyjen tutkimusten etsiminen kehitti lähdekritiikkiä sekä tiedonhankintataitoja. Nykyisessä informaatiotulvassa luotettavien primäärilähteiden etsintä on välillä haastavaa ja pitkästi tai hankalasti selitettyjen asioiden tiivistäminen vaatii paljon tiedonhakua ja keskittymiskykyä. Nämä taidot ovat kuitenkin hyödyksi työelämässä, sillä esimerkiksi asiakkaille pystyy perustelevaan asioita kunnolla vain, jos itsellä on faktat hallussa.

Tutkimusta ja opinnäytetyötä tehdessä täytyi ottaa huomioon myös eettisen osaamisen kompetenssi eli kyky ottaa vastuu omasta toiminnasta, huomioida erilaiset ihmiset, joiden kanssa oli tekemisissä sekä noudattaa hyvää ammattietiikkaa. Olin tutkimuksen tiimoilta puhekontaktissa satojen ihmisten kanssa, joten tasa-arvoinen toiminta kaikkien kohdalla ja hyvät tavat sekä asiakaspalvelutaidot korostuivat. Tämä ei ollut ongelma, ja eri-ikäisten hiihtäjien kanssa jutteleminen vain vahvisti haluani toimia ihmisläheisessä työssä. Jos olisin tehnyt opinnäytetyöni yhdessä jonkun kanssa, olisi tutkimukseen saatu ehkä erilaisia näkökulmia ja mahdollisesti vielä suurempi otanta. Tehdessäni työn yksin sain kuitenkin ajankäyttöä ajatellen vapaammat kädet.

Kansainvälistymisosaamisen kompetenssi ja kielitaito olivat testissä muutamaan kertaan, sillä käytin työssäni myös ulkomaalaisia, lähinnä englannin- ja ruotsinkielisiä lähteitä, ja haastattelin ulkomaalaisia hiihtäjiä englanniksi. Työelämässä hyvä kielitaito on todella tärkeä, sillä Suomikin kansainvälistyy koko ajan ja jo nyt matkailulla on Kainuussa suuri merkitys. Viidentenä yhteisistä kompetensseista opinnäytetyöprosessin aikana kehittyi työyhteisöosaaminen. Yhteistyö toimeksiantajan kanssa sujui etenkin haastattelujen aikana hienosti ja Sotkamon kunnalta löytyi avukseni haastattelijoina niille kerroille, kun omista opiskelijakollegoista kukaan ei päässyt. Haastattelujen ohjeistaminen kehitti viestintä- ja johtamistaitoja ja työelämässä varmasti vastaan tuleviin äkkinäisiin ja odottamattomiin muutoksiin reagoimista sai harjoitella, kun viimeisenä haastattelupäivänä piti vielä aamulla löytää joku Aurinkoladulle kyselyjä tekemään.

Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelman neljä kompetenssiä ovat liikunnan yhteiskunta-, johtamis- ja yrittäjäosaaminen, hyvinvointi- ja terveystoimintaosaaminen, liikuntaosaaminen sekä pedagoginen ja liikuntadidaktinen osaaminen. Työssäni näistä eniten korostuivat kaksi ensin mainittua. Toimeksiantajani oli Sotkamon kunnan liikuntatoimi, jonka yksi tehtävä on edistää liikunnan asemaa kunnassa ja mahdollistaa liikuntapalveluja niin kunnan asukkaille kuin matkailijoillekin. Pehdyin teoriataustaa kirjoittaessani muun muassa liikuntalakiin, liikuntatutkimuksiin, liikunnan rahoitukseen sekä olosuhteisiin. Etsin tietoa myös kestävyysliikunnan ja maastohiihdon terveystieteistä. Lukeminen ja kirjoittaminen näistä aiheista vahvisti, mutta ennen kaikkea syvensi aiemmin oppimiani tietoja ja lisäsi mielenkiintoani. Liikunnan ja matkailun yhdistäminen voi tulevaisuudessa olla kasvava trendi, sillä entistä terveystietoisemmat ihmiset hakevat myös lomiltaan terveyttä, hyvää oloa ja virkistytymistä niin psyykkisesti kuin fyysisestikin.

Opinnäytetyöni aihe mahdollisti perehtymisen niin liikuntaan kuin matkailuunkin liittyviin lähteisiin, mikä oli hyvä, sillä vaihtoehtoiset ammattipintoni aktiviteettimatkailussa tähtäsivät juuri tähän. Maastohiihto sopii hyvinvointi-, kulttuuri- ja liikuntamatkailun käsitteiden alle, mutta nämä käsitteet ovat huomattavasti laajempia, kuin mitä tässä työssä pystyin käsittelemään ja tuomaan esille. Juuri monipuolisuutensa takia opinnäytetyöni oli mielenkiintoinen tehdä, vaikka yhdistettynä ansiotöihin, muihin opintoihin sekä muuhun elämään prosessi ja etenkin syksyn loppurutistus olivat rankkoja. Motivaatiota työn tekemiseen lisäsi myös tieto siitä, että tutkimuksesta oli oikeasti hyötyä toimeksiantajalle.

9.5 Kehitysehdotukset kyselylomakkeeseen

Vastaajien ikää olisi pitänyt kysyä tarkemmin eli merkata tarkka ikä vastauslomakkeeseen ja vastauksia SPSS-tilasto-ohjelmalla käsitellessä luokitella iät esimerkiksi viiden tai kymmenen vuoden luokkiin. Näin olisi saatu vastaajista tarkempaa tietoa, jota olisi voitu hyödyntää muuttujien välisien riippuvuuksien tutkimiseen ja verrata eroavatko eri-ikäisten mielipiteet ja vaatimukset laduista ja opasteista. Nyt alle 20-vuotiaiden osuus jäi hyvin pieneksi ja 20-60 –vuotiaat -ikähaarukka oli liian suuri, jotta ristiintaulukointi olisi antanut merkittävää tietoa. Ikäkysymystä tukemaan olisi voinut lisätä kysymyksen elämäntilanteesta, eli onko vastaaja koululainen, opiskelija, työelämässä, työtön tai eläkkeellä. Tällä olisi saatu vahvistusta oletukselle, että erilaisissa elämäntilanteissa olevilla oli erilaiset mahdollisuudet hiihtää, sekä sille, kuinka paljon hiihtolomat vaikuttivat työikäisten ja perheiden määrään tuloksissa. Norjassa tehdyssä elinoloja käsittelevässä tutkimuksessa (Statistisk sentralbyrå 2011) oli nimittäin huomattu, että koulutustaso ja taloudellinen asema vaikuttavat hiihdon harrastamiseen. Kokopäivätyössä käyvistä sekä opiskelijoista selkeästi suurempi osa oli hiihtänyt verrattuna työttömiin, eläkkeellä oleviin ja pysyvästi työkyvyttömiin henkilöihin (Statistisk sentralbyrå 2011). Kaikki ihmiset eivät haastattelutilanteessa välttämättä kuitenkaan halua kertoa tarkkaa ikäänsä tai vastata elämäntilannettaan koskeviin kysymyksiin, joten tyhjiä vastauksia olisi saattanut tulla enemmän.

Kyselylomakkeeseen olisi voinut myös listata valmiiksi lisää majoituspaikkoja, kuten Vuokatinrannan ja asuntoauton tai -vaunun, joita vastattiin useasti, sekä laittaa "mökki" vaihtoehdon omaksi kohdaksi. Tämä olisi helpottanut ja nopeuttanut vastausten käsittelyä alusta alkaen, sillä nyt muu-vaihtoehdon vastaukset piti käydä erikseen yksitellen läpi. Vuokatin alueella on paljon majoitusvaihtoehtoja, joten käytetyimpien paikkojen ennustaminen oli haastavaa ja olisi vaatinut parempaa perehtymistä majoitusyritysten asiakasmääriin.

Jos asuinpaikan vaikutusta mielipiteisiin laduista ja latuopasteista olisi haluttu tutkia tarkemmin ja verrata ovatko tietyistä osista Suomea tulevat hiihtäjät vaativampia latujen ja opasteiden suhteen, olisi ”muu Suomi” –vastausvaihtoehdon tilalla pitänyt olla vaihtoehdot ”Etelä-Suomi”, ”Länsi-Suomi”, ”Keski-Suomi”, ”Itä-Suomi” sekä ”Pohjois-Suomi”. Lisäksi kysymys monettako kertaa vastaajat olivat Vuokatissa hiihtämässä, olisi auttanut tulkitsemaan miksi mielipiteissä opasteista oli melko paljon vaihtelua myös saman haastattelupaikan sisällä, etenkin Aurinkoladulla. Osa haastatelluista kertoikin tämän haastattelutilanteesta, mutta vas-

tauksia ei kirjattu, koska ne eivät varsinaiseen kyselyyn kuuluneet. Norjassa oli tutkittu, että asuinpaikan asukastiheydellä ei juurikaan ole merkitystä lyhyiden (alle 3 tuntia) hiihtoretkien tekemiseen, mutta tiheästi asutuilla alueilla asuvista hieman suurempi osa tekee pitkiä (yli 3 tuntia) hiihtoretkiä kuin harvaan asutuilla alueilla asuvista (Statistisk sentralbyrå 2011). Tähän liittyen olisi ollut mielenkiintoista tietää kuinka usein tai kuinka pitkiä hiihtolenkkejä Vuokattissa haastatellut hiihtäjät yleensä tekevät.

Hiihtoharrastuksen motiivia koskevassa kysymyksessä vastausvaihtoehtoja oli turhan monta, sillä vaihtoehdot kuntoliikunta ja hyvinvointi/terveys sekä ajanvieteulkoilu ja sosiaalisuus/yhdessäolo olivat liian lähellä toisiaan. Haastateltavista useat vastasivat ensin parikin vaihtoehtoa ja osa arpoi pitkään edellä mainittujen vastausvaihtoehtojen välillä. Hyvinvointi ja terveys mielletään todennäköisesti osaksi kuntoliikunnan hyötyjä ja seurauksia, ja ajanvieteulkoiluun monilla ehkä liittyy seurallisuus ja keskusteleminen toisen tai toisten hiihtäjien kanssa. Käytännössä kilpahiihtäjät olivat ainoita, joille tärkein motivoiva tekijä oli täysin selvillä, vaikka heilläkin voi tämän motiivin sisällä tai pohjalla olla muita syitä. Vastausvaihtoehtoiksi strukturoituun kyselylomakkeeseen olisi riittänyt kilpaurheilu, kuntoliikunta, ajanvieteulkoilu/sunnuntaihiihto sekä muu. Silloin vastaukset olisivat selkeämmin jakautuneet tavoitteellisesti kilpailuja varten harjoitteleviin, kuntoaan ja terveyttään hiihdon avulla kohottaviin ja ylläpitäviin sekä huvin ja ulkoilun vuoksi hiihdosta ehkä satunnaisemmin nauttiviin. Muu-kohtaan olisi voinut kirjata näistä selkeästi poikkeavia motiiveja, joita tässä tutkimuksessa tuli vain yksittäisiä.

Nämä lisäykset ja muutokset eivät olisi merkittävästi pidentäneet haastattelujen kestoja, mutta olisivat tuoneet lisää näkökulmia ja vertailukohtia tuloksiin ja pohdintaan. Yksin tehtävän opinnäytetyön aihe on kuitenkin johonkin rajattava ja kyselylomake katsottiin tutkimussuunnitelmasivunvaiheessa toimeksiantajan kanssa riittäväksi.

9.6 Jatkotutkimusaiheet

Tämän opinnäytetyön jatkotutkimuksena voisi toteuttaa laajemman otannan määrällisen tutkimuksen, jossa selvitetäisiin tarkemmin, mitä latuosuuksia käytetään eniten ja millaisia palveluja hiihtäjät kaipaavat Vuokatin hiihtoladoille. Tutkimuksen voisi toteuttaa majoituspaikkoihin ja paikkakuntalaisten postilaatikoihin jaettavilla lomakkeilla, jolloin vastaajat saisivat rauhassa tutustua ja vastata kysymyksiin. Riskinä olisi kuitenkin, että vastausten palautuspro-

sentti jäisi alhaiseksi. Porkkanaksi vastaajille voisi laittaa esimerkiksi lahjakortin tai tuotepaketin arvonnana.

Toinen jatkotutkimusaihe voisi koskea kilpahiittäjiä ja tavoitteellisesti harjoittelevia aktiivikuntoilijoita, joiden osuus jäi tässä tutkimuksessa pieneksi. Reipasta tai kovatehoista lenkkiä hiihtävät eivät ymmärrettävistä syistä halua ja ehdi pysähtyä ladun varteen haastateltaviksi, joten kyselyhaastattelu pitäisi toteuttaa esimerkiksi sisätiloissa ravintolan tai majoituspaikan yhteydessä. Urheilijat ja urheiluseurat ovat yksi merkittävä käyttäjäryhmä Vuokatin laduilla, joten heidän mielipiteitään valmennus- ja harjoittelukeskuksen laduista, maastoista, ulkoilureiteistä sekä palveluista olisi hyvä kuulla. Vuokatin lisäksi muutkin Suomen harjoituskeskukset ja urheiluopistot ovat viime vuosina panostaneet hiihto- ja varsinkin ensilumen leiriolosuhteisiin, joten joukosta kannattaisi pyrkiä erottumaan vastaamalla kysyntään mahdollisimman hyvin.

LÄHTEET

- Anttila, S. & Roponen, T. 2008. Kaikki hiihdosta. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.
- Aula, A. 2008. Lapin hiihtokeskusten murtomaaladut: Vaaniiko ladulla vaaroja? Tekniikan Maailma 56, 124-129.
- Canadian Heritage. 2013. Sport Participation 2010. Research Paper. Viitattu 1.11.2013. http://publications.gc.ca/collections/collection_2013/pc-ch/CH24-1-2012-eng.pdf
- Eurobarometer. 2010. Sport and Physical Activity. Special Eurobarometer 334. Brussels: TSN Opinion & Social. Viitattu 2.11.2013. http://ec.europa.eu/sport/library/documents/d/ebs_334_en.pdf
- European Travel Action Group. 2004. Tourism in Europe – to the Year 2005 and beyond. Viitattu 2.11.2013. <http://www.etag-euro.org/facts.asp>
- Finlex. 1998. Liikuntalaki. Viitattu 4.11.2013. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19981054>
- Finlex. 2003. Järjestyslaki. Viitattu 4.11.2013. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030612>
- FIS. International Ski Federation. 2013. The International Ski Competition Rules (ICR). Book II Cross-Country. Switzerland. Viitattu 3.11.2013. http://www.fis-ski.com/mm/Document/documentlibrary/Cross-Country/02/95/69/ICRCross-Country2013_clean_English.pdf
- Haavikko, H. 2002. Metsäsuksilla omia latuja metsiin, järville ja soille. Teoksessa Karhu, S. (toim.) Yhdessä hiihtäen, 118-122. Helsinki: Edita.
- Hakala, J., Hentilä, H., Peltonen, N., Pylväs, J. & Rautio, T. 2006. Maastohiihdon suorituspaikat. Kajaanin kirjapaino Oy: Suomen Hiihtoliitto.
- Hall, J. 2003. Hyvän kunnon kirja. Kattava opas kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Heikkala, J. 2009. Johdatus liikuntakulttuuriin. Raportti. Suomen Liikunta ja Urheilu SLU Ry. Viitattu 30.10.2013. http://slu-fi-bin.directo.fi/@Bin/ae1bdd3d9ff6a2540d65223ca4ae62d8/1383139034/application/pdf/1549516/Johdatus%20Liikuntakulttuuriin_Juha%20Heikkala.pdf
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Tammi.
- Huttunen, J. 2012. Terveysliikunta – kuntoa, terveyttä ja elämänlaatua. Kustannus Oy Duodecim. Terveyskirjasto. Verkkojulkaisu. Viitattu 8.10.2013. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00934&p_haku=liikunta

- Häkkiä, H. & Kauppila, P. 2009. Rukan ja Vuokatin matkailukeskusten sosioekonomiset piirteet paikkatietonäkökulmasta. Tutkimusraportti. Oulu: Oulun yliopistopaino.
- Ilmatieteen laitos. 2013. Talvien lumista ja lumisuudesta. Viitattu 29.10.2013.
<http://ilmatieteenlaitos.fi/lumitilastot>
- Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2003. Psykkinen valmennus hiihtourheilussa. Kainuun Sanomat Oy: Suomen Hiihtoliitto.
- Järviluoma, J. 2012. Vuokatin matkailijatutkimus 2012. Kajaanin Ammattikorkeakoulu. PowerPoint-esitys.
- Järviluoma, J. 2013. Kainuun matkailutilastollinen vuosikirja 2012. Kajaanin Ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013092615568>
- Järviluoma, J. & Korhonen, P. 2012. Matkailijoiden näkemykset Vuokatin kesäkauden aktiviteettitarjonnasta ja Vuokatista yleensä. Kajaanin Ammattikorkeakoulu. PowerPoint-esitys.
- Leinonen, S. & Virta E. 2009. Vuokatin hiihtotunnelin käyttäjäprofiili ja asiakastyytyväisyys. Kajaanin Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Leppänen, T. 2012. Näin Suomi ulkoilee 2012. Latu ja Polku 6/2012, 28-35.
- Kainuun ELY-keskus. 2012. Sotkamo-Vuokatti –alueen reittien opastejärjestelmänhanke. Projektisuunnitelma.
- Kainuun Liikunta ry. 2013a. Aurinkolatu. Tuotekortti. Viitattu 23.10.2013.
<http://kainuunliikunta-fi-bin.directo.fi/@Bin/150bf1fd89d86725fd5fb9e6b5059ced/1382552955/application/pdf/135715/Aurinkolatu.PDF>
- Kainuun Liikunta ry. 2013b. Reittien luokitus. Viitattu 23.10.2013.
http://www.kainuunliikunta.fi/retkeilyreitit/reittien_luokitus/
- Kantaneva, M. 2009. Terveysliikkujan opas. Testaa, kehity ja onnistu. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.
- Karhu, S. Hiihto on perheliikuntaa parhaimmillaan. 2002. Teoksessa Karhu, S. (toim.) Yhdessä hiihtäen, 8-9. Helsinki: Edita.
- Kataja, H. & Kirvesniemi, H. 1996. Maastohiihto: tekniikat ja välineet. Helsinki: Suomen hiihtoliitto.
- Komppula, R. & Boxberg, M. 2002. Matkailuyrityksen tuotekehitys. Helsinki: Edita.
- Kotiranta, K., Sertti, P. & Schroderus, T. 2007. Hyvän kunnan käsikirja. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.
- Kujala, K. 2002. Hiihtäen terveyttä ja hyvinvointia. Teoksessa Karhu, S. (toim.) Yhdessä hiihtäen, 71-76. Helsinki: Edita.
- Matkailun edistämiskeskus. 2008. Kulttuurimatkailun määritelmä. Viitattu 13.1.2013.
[http://www.mek.fi/w5/mekfi/index.nsf/\(Pages\)/Kulttuurimatkailumääritelmä](http://www.mek.fi/w5/mekfi/index.nsf/(Pages)/Kulttuurimatkailumääritelmä)

- Matkailun edistämiskeskus. 2009a. Suomalaisen hyvinvointimatkailun kehittämisstrategia kansainvälisillä markkinoilla 2009-2013. Viitattu 13.1.2013.
[http://www.mek.fi/w5/mekfi/index.nsf/6dbe7db571ccef1cc225678b004e73ed/59bf54adc70f94a6c225751d002f5562/\\$FILE/Hyvinvointimatkailun%20kehittämisstrategia_final.pdf](http://www.mek.fi/w5/mekfi/index.nsf/6dbe7db571ccef1cc225678b004e73ed/59bf54adc70f94a6c225751d002f5562/$FILE/Hyvinvointimatkailun%20kehittämisstrategia_final.pdf)
- Matkailun edistämiskeskus. 2009b. Talvimatkailustrategia kansainvälisille markkinoille vuosille 2009-2013. Viitattu 23.10.2013. <http://www.mek.fi/wp-content/uploads/2013/04/2009-MEK-TALVIMATKAILUSTRATEGIA-2009-2013.pdf>
- Mielenterveyden keskusliitto. 2008. Liikunta ja mielenterveys. Pori: Kehitys Oy.
<http://www.mtkl.fi/@Bin/285221/Liikunta+ja+mielenterveys+netti.pdf>
- Niskanen, L. 2011. Liikunnan vaikutukset elimistöön. Kustannus Oy Duodecim. Terveyskirjasto. Verkkojulkaisu. Viitattu 8.10.2013.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dia00801#T1
- Peltonen, A. 2002. Hiihdonopettajan haasteet. Teoksessa Karhu, S. (toim.) Yhdessä hiihtäen, 112-117. Helsinki: Edita.
- Sievänen, T., Tervo, K., Neuvonen, M., Pouta, E., Saarinen, J. & Peltonen, A. 2005. Nature based tourism, outdoor recreation and adaptation to climate change. FINADAPT Working Paper 11. Helsinki: Finnish Environment Institute Mimeographs 341. Viitattu 2.11.2013.
<http://hdl.handle.net/10138/41057>
- Sotkamon kunta. 2011. Kunnan liikuntapalvelut. PowerPoint-esitys.
- Sotkamon kunta. 2013. Sotkamo-Vuokatti Latupooli Ry. Viitattu 11.1.2013.
http://www.sotkamo.fi/index_liikuntatoimi.asp?pid=247
- Statistisk sentralbyrå. Statistics Norway. 2011. Sports and outdoor activities, survey on living conditions, 2011. Viitattu 1.11.2013. <http://www.ssb.no/en/kultur-og-fritid/statistikker/fritid/>
- Suomalainen Lääkäri-seura Duodecim. 2012. Liikunta. Käypä hoito. Viitattu 8.10.2013.
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/tunnus/hoi50075#s19>
- Suomen Hiihtoliitto. 2007. Maastohiihdon ratojen rakentamisen perustiedot. Viitattu 12.1.2013. http://www.hiihtoliitto.fi/maastohiihto/olosuhteet/ratojen_perustiedot/
- Suomen Latu ry. 2011. Ulkoilun olosuhteet Suomen kunnissa. Suomen ulkoilumahdollisuuksien katselmus (Sulka II) –hanke. Hankkeen loppuraportti.
- Suomen Latu ry. 2013. Ulkoilureittien vaativuusluokitus. Viitattu 23.10.2013.
http://www.suomenlatu.fi/suomen_latu/ulkoilun-olosuhdetyo/reittiluokittelu/
- Suomen Liikunta ja Urheilu SLU Ry. 2010. Kansallinen Liikuntatutkimus 2009-2010. SLU:n julkaisusarja 6/2010.
- Suomen virallinen tilasto (SVT). 2013. Suomalaisten matkailu. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu: 11.1.2013. <http://www.stat.fi/til/smat/kas.html>

Suontausta, H. & Tyni, M. 2005. Wellness-matkailu – hyvinvointi matkailun tuotekehityksessä. Helsinki: Edita Prima Oy.

Sveriges Kommuner och Landsting. 2006. Skidsporter. Måttbok - Måttuppgifter för fritidsanläggningar. Viitattu 2.11.2013.

http://www.skidor.com/ImageVault/Images/id_762/ImageVaultHandler.aspx

Swarbrooke, J. & Horner, S. 1999. Consumer Behaviour in Tourism. Oxford: Butterworth-Heinemann.

Tiirikkala, A. Vuokatti takoo ennätysvuotta. Kainuun Sanomat 7.11.2012, 4-5.

Tyrväinen, L., Silvennoinen, H., Korpela, K. & Ylen, M. 2007. Luonnon merkitys kaupunkilaisille ja vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin. Metlan työraportteja 52:57-77. Viitattu 10.10.2013. <http://www.metla.fi/julkaisut/workingpapers/2007/mwp052-07.pdf>

Vehmas, H. 2010. Liikuntamatkalla Suomessa: Vapaa-ajan valintoja jälkimodernissa yhteiskunnassa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteen laitos. Väitöskirja.

Vuokatin Matkailukeskus. 2011. Vuokatin matkailun tunnuslukuja. Viitattu 11.1.2013. <http://www.artravelconsulting.com/tuoteryhmat/documents/Vuokatti1111.pdf>

Vuokatti. 2013a. Sotkamo-Vuokatti. Viitattu 10.10.2013.

<http://www.vuokatti.fi/fi/matkustaminen/alueinfo/sotkamo-vuokatti/>

Vuokatti. 2013b. Vuokatin latureitistö ja –kartat. Viitattu 11.1.2013.

<http://www.vuokatti.fi/fi/tekemiset/talvella/hiihto/latureitisto>

Vuokatti. 2013c. Välinevuokraamo, Skishop ja varustehuolto. Viitattu 12.1.2013.

<http://www.vuokatti.fi/fi/tekemiset/talvella/hiihto/skishop+ja+vuokraus/>

VuokattiSport. 2013. Vuokravarusteet. Viitattu 12.1.2013.

http://www.vuokattisport.fi/upload/File/VUOKRAVARUSTEET_suksihuolto.pdf

Väestörekisterikeskus. 2013. Kuntien asukasluvut aakkosjärjestyksessä. Viitattu 10.10.2013.

<http://vrk.fi/default.aspx?docid=7675&site=3&id=0>

World Health Organization. 2003. WHO definition of Health. Viitattu 8.10.2013.

<http://www.who.int/about/definition/en/print.html>

LIITTEET

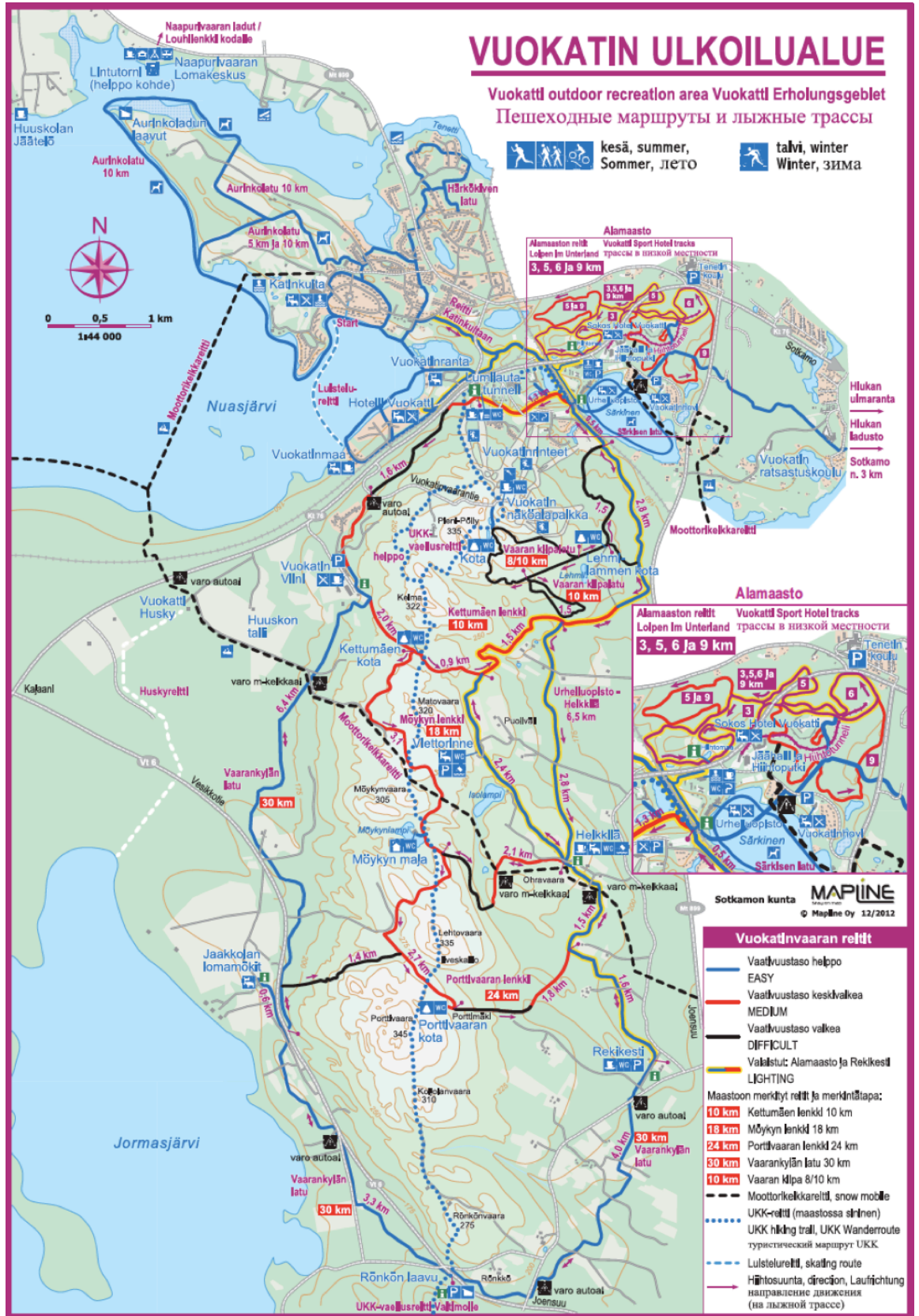
1 Vuokatin ulkoilualan karta

2 Kyselylomake

3 Ohjeet kyselyn tekoon

4 Ristiintaulukoinnit

5 Avoimet vastaukset



1 SUKUPUOLENNE?

NAINEN

MIES

3 MISSÄ ASUTTE?

SOTKAMO/VUOKATTI

MUU KAINUU

MUU SUOMI

ULKOMAILLA

5 MISSÄ MAJOITUTTE?

URHEILUOPISTO

SOKOS HOTEL VUOKATTI

KATINKULTA

VUOKATINHOVI

VUOKATIN AATELI

HOTELLI VUOKATTI

HOTELLI TULIKETTU SOTKAMO

VUOKATINMAA

MUU, MIKÄ? _____

EN MAJOITU

2 MIHIN IKÄRYHMÄÄN KUULUTTE?

ALLE 20

20-60

YLI 60

4 MOTIIVINNE HIIHTÄMISELLE?

KILPAURHEILU

KUNTOLIIKUNTA

AJANVIETEULKOILU

HYVINVOINTI/TERVEYS

SOSIAALISUUS/YHDESSÄOLO

MUU, MIKÄ

6 MITÄ MIELTÄ OLETTE LATUJEN KUNNOSTA?

1 HEIKKO

2 VÄLTTÄVÄ

3 TYYDYTTÄVÄ

4 HYVÄ

5 ERINOMAINEN

MILLAISIA KEHITYSEHDOTUKSIA TEILLÄ ON LATUJEN KUNNON TAI HUOLLON SUHTEEN?

7 MITÄ MIELTÄ OLETTE LATUJEN OPASTEISTA?

1 HEIKKO

2 VÄLTTÄVÄ

3 TYYDYTTÄVÄ

4 HYVÄ

5 ERINOMAINEN

MILLAISIA KEHITYSEHDOTUKSIA TEILLÄ ON LATUJEN OPASTEIDEN JA MERKINTÖJEN SUHTEEN?

1 WHAT IS YOUR GENDER?

FEMALE

MALE

2 IN WHICH AGE GROUP YOU ARE?

UNDER 20

20-60

OVER 60

3 WHERE DO YOU COME FROM?

SOTKAMO/VUOKATTI

OTHER PARTS OF KAINUU

OTHER PARTS OF FINLAND

ABROAD

4 WHAT IS YOUR MOTIV FOR SKIING?

COMPETITIVE SPORTS

KEEP FIT

FOR FUN

WELLBEING/HEALTH

SOCIABILITY/TIME TOGETHER

SOMETHING ELSE

5 WHERE DO YOU STAY HERE?

SPORTS INSTITUTE

SOKOS HOTEL VUOKATTI

KATINKULTA

VUOKATINHOVI

VUOKATIN AATELI

HOTEL VUOKATTI

HOTEL TULIKETTU SOTKAMO

VUOKATINMAA

ELSEWHERE? _____

NOT STAYING OVER NIGHT

6 WHAT DO YOU THINK ABOUT THE CONDITION OF SKIING TRACKS?

1 WEAK

2 POOR

3 SATISFACTORY

4 GOOD

5 EXCELLENT

HOW THE CONDITION AND MAINTENANCE OF SKIING TRACKS SHOULD BE IMPROVED?

7 WHAT DO YOU THINK ABOUT THE SIGNPOSTS OF SKIING TRACKS?

1 WEAK

2 POOR

3 SATISFACTORY

4 GOOD

5 EXCELLENT

HOW THE SIGNPOSTS SHOULD BE IMPROVED?

Ohjeet kyselyn tekoon

1. Tervehtiminen.

2. Olisiko teillä muutama minuutti aikaa vastata latujen käyttäjiä koskevaan kyselyyn?

→Jos kyllä, siirry kohtaan 3.

→Jos ei, toivota hyvää päivänjatkoa ja kysy seuraavalta hiihtäjältä.

3. Kysy kyselylomakkeen kysymykset numerojärjestyksessä. Sukupuolta ei tarvitse kysyä, sillä sen näkee yleensä itse.

4. Jos asuinpaikkana Sotkamo/Vuokatti, ei majoituspaikkaa tarvitse kysyä. Siirry lomakkeen kysymykseen 6.

5. Avoimiin kysymyksiin vastaus muutamalla sanalla, enintään yhdellä lauseella.

6. Kiitos vastauksista ja hyvää päivänjatkoa.

1. Ristiintaulukoinnit tyytyväisyys latujen kuntoon * sukupuoli

Case Processing Summary

| | Cases | | | | | |
|---|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
| | Valid | | Missing | | Total | |
| | N | Percent | N | Percent | N | Percent |
| tyytyväisyys latujen kuntoon * sukupuoli | 576 | 99,7% | 2 | ,3% | 578 | 100,0% |

tyytyväisyys latujen kuntoon * sukupuoli Crosstabulation

| | | | sukupuoli | | Total |
|------------------------------|-------------|--------------------|-----------|--------|--------|
| | | | nainen | mies | |
| tyytyväisyys latujen kuntoon | heikko | Count | 1 | 0 | 1 |
| | | % within sukupuoli | ,4% | ,0% | ,2% |
| | välttävä | Count | 1 | 3 | 4 |
| | | % within sukupuoli | ,4% | ,9% | ,7% |
| | tydyttävä | Count | 9 | 14 | 23 |
| | | % within sukupuoli | 3,5% | 4,3% | 4,0% |
| | hyvä | Count | 128 | 171 | 299 |
| | | % within sukupuoli | 50,4% | 53,1% | 51,9% |
| | erinomainen | Count | 115 | 134 | 249 |
| | | % within sukupuoli | 45,3% | 41,6% | 43,2% |
| Total | | Count | 254 | 322 | 576 |
| | | % within sukupuoli | 100,0% | 100,0% | 100,0% |

Chi-Square Tests

| | Value | df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|------------------------------|--------------------|----|--------------------------|
| Pearson Chi-Square | 2,731 ^a | 4 | ,604 |
| Likelihood Ratio | 3,139 | 4 | ,535 |
| Linear-by-Linear Association | ,716 | 1 | ,397 |
| N of Valid Cases | 576 | | |

a. 4 cells (40,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,44.

2. Ristiintaulukoinnit tyytyväisyys latuopasteisiin * sukupuoli

Case Processing Summary

| | Cases | | | | | |
|---|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
| | Valid | | Missing | | Total | |
| | N | Percent | N | Percent | N | Percent |
| tyytyväisyys latuopasteisiin * sukupuoli | 574 | 99,3% | 4 | ,7% | 578 | 100,0% |

tyytyväisyys latuopasteisiin * sukupuoli Crosstabulation

| | | | sukupuoli | | Total |
|------------------------------|-------------|--------------------|-----------|--------|--------|
| | | | nainen | mies | |
| tyytyväisyys latuopasteisiin | heikko | Count | 8 | 5 | 13 |
| | | % within sukupuoli | 3,2% | 1,6% | 2,3% |
| | välttävä | Count | 7 | 18 | 25 |
| | | % within sukupuoli | 2,8% | 5,6% | 4,4% |
| | tydyttävä | Count | 63 | 67 | 130 |
| | | % within sukupuoli | 24,9% | 20,9% | 22,6% |
| | hyvä | Count | 135 | 176 | 311 |
| | | % within sukupuoli | 53,4% | 54,8% | 54,2% |
| | erinomainen | Count | 40 | 55 | 95 |
| | | % within sukupuoli | 15,8% | 17,1% | 16,6% |
| Total | | Count | 253 | 321 | 574 |
| | | % within sukupuoli | 100,0% | 100,0% | 100,0% |

Chi-Square Tests

| | Value | df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|------------------------------|--------------------|----|--------------------------|
| Pearson Chi-Square | 5,450 ^a | 4 | ,244 |
| Likelihood Ratio | 5,556 | 4 | ,235 |
| Linear-by-Linear Association | ,393 | 1 | ,531 |
| N of Valid Cases | 574 | | |

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5,73.

Avoimet vastaukset

Aurinkolatu
6.2.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|--|--|
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | opasteet selkeämpiä |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | kilometrimäärät eri paikkoihin |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeyttä |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeyttä, kilometrimäärät eri paikkoihin |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeämmät opasteet |
| | opasteet kuntoon, selkeyttä |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeyttä opasteisiin ja kilometrimerkintöjä lisää |
| | selkeämpiä pitäisi olla |
| | opasteita saisi olla enemmän ja selkeämpiä |
| | selkeämmät pitäisi olla |
| | selkeämmät opasteet |
| | kilometritauluja lisää |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeämmät opasteet |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | selkeyttä opasteisiin |

Aurinkolatu
20.2.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|--|--|
| pitempiä lenkkejä huoltaa | suunnat epäselviä ja selkeyttä |
| marketin luona kävelyt pois | |
| enemmän levähdyspaikkoja | enemmän opasteita, koirille omat reitit |
| mäkiä enemmän | lisää opasteita hotellille, mistä latu lähtee (lähtöpaikka) |
| kylttejä 1km välein | pakko kävellä osassa paikkaa |
| | väliopasteita enemmän |
| tiedottaa, jos latu pois käytöstä | |
| | selkeämpi saisi olla |
| taukopaikkoja enemmän | enemmän opasteita |
| | enemmän saisi olla |
| | tarkemmat saisi olla |
| latukarttoihin selkeyttä | selkeyttä, samaa kuin rinnekartoissa |
| | selkeämpi, värikoodi |
| tienylityskohdat puhtaiksi auralla | matkat eivät päde gps:llä jos kattoo sekavia, risteyskiin selkeät opasteet (ottaa mallia esim Ylläs) |
| Suvikkaan vierestä latu, mustan sijasta punaista latua, junarata ongelma | ihmisiä vaaralle hiihtämään → opasteita |
| | Aurinkoladun opasteisiin selkeyttä |
| 2 latua vierekkäin | risteyskohdissa opasteet |
| 2 latua vierekkäin (jutella vois) | epäselvyyksiä haaroissa, oliko 5km/10km |
| | Katinkullalta paremmat opasteet ladulle |
| | kartastoon värit, selkeämpi saisi olla (mihin menee?) |
| | enemmän saisi olla |
| liittymiskohta saisi olla parempi | opasteita enemmän |
| | värikoodia vaikeustasosta, selkeämpi, km-merkinnät |
| | |

Aurinkolatu
27.2.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|----------------------------------|--|
| | enemmän merkkejä, kylttejä |
| roskia | |
| | tuttuja, huoneissa latukartta |
| | selkeyttä, matkoja paljonko johonkin on |
| | matkaetäisyyksiä |
| roskia | |
| | tiheämpään opasteita |
| aamusta ladut kuntoon | opistolla sekavuutta |
| roskia | löytyy paikat, ihan selkeet |
| | enemmän opasteita |
| | opasteita enemmän |
| roskia | |
| roskia | |
| tiheämpi huolto | opasteisiin selkeyttä |
| | ensikertalaisille hankalia |
| roskia | |
| | ensikertalaisille hankalia |
| laavuja enemmän, 5km Aurinkolatu | opastaulut isompia |
| roskia | selkeet |
| | isompia |
| | Opistonseutu sekava |
| | isompia ja selkeämpiä |
| | isompia ja helpommin luettavia |
| | opiston kartta sekava |
| | Katinkullalle paremmat opasteet |
| roskaisia | selkeämpiä |
| | latukarttoja enemmän, opasteet selkeämpiä |
| | opasteet aikaisemmin ja selkeämpiä |
| | selkeyttä |
| | opasteisiin selkeyttä |
| uudestaan ajaa | jokainen pieni, etäisyys mittareita, selkeyttä |
| toinenkin ajo ois ollu tarpeen | etäisyyksiä ja selkeyttä |
| | |

Aurinkolatu
6.3.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|--|
| | kilometrimerkintöjä enempi |
| laskut suoriksi | |
| | kilometritolppia lisää |
| kahvin/mehun myyntiä enempi ladun varteen, myös konjakki kuulemma kävisi | |
| | selkeyttä opasteisiin |
| | opasteisiin selkeyttä |
| | selkeämmät opasteet |
| | etäisyydet puuttuu |
| alkutalvesta ladut oli huonot ja myöhään au- kaistiin | |
| | risteyksissä saisi olla opasteita, kilometritolppia |
| vaaran ladut heikommassa kunnossa | |
| | kartta ok, kyltit huonot eikä pidä paikkaansa, missä menee latu Naapurinvaaralle? |
| alkutalvesta ladut huonot ja aukaistiin hitaasti | opasteet riittämättömät |
| | joistain paikoin opasteet puuttuu |
| | päivittää opasteet |
| aina hyvät | |
| | |

Aurinkolatu
3.4.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|--|
| rikkoa voisi välillä pintaa, on kova (luistelu- ura) | |
| laavu Aurinkoladun varteen | |
| liian kova, aikaisemmin pitäisi ajaa | |
| huono luistella, liian kova | |
| | minne Aurinkolatu jatkuu kodalta? |
| paperit pois ladulta! | |
| monipuolisempia reittejä järvelle | |
| | lisää opasteita, kartat paremmiksi |
| lisää siltoja, ei tienylityksiä | selkeämmät kartat |
| | on puutteita kuulemma |
| roskia Katinkullan alueella | Katinkullan alueelle enemmän |
| | Aurinkoladulta kiertäminen ei opastettu kun noustaan lomahuoneistolle |
| | Aurinkoladun kiertäminen |
| | opasteet Aurinkoladulta Katinkullan hotellille |
| | missä olet –piste paremmaksi, loma-asunnoilta selkeät opasteet |
| koirat pois | Aurinkoladun toiseen päähän opaste→mistä tielle? |
| siltoja enemmän | lisää kylttejä |
| koirien kakat pois | selkeät värit eri laduille |
| koirien kakka pois, oma latu koirille | |
| | enemmän |
| | enemmän kilometrikylttejä |
| | Heikkilään lisää opasteita |
| | mökkiin latukartta (Holiday Club) |
| Vuokatin Hovi ei tehty | |
| | järvelle matkat (Naapurivaaraan päin) |
| | kilometrimerkinnät, enemmän asiaa |
| | parhaat on Lapissa... |
| | |

Rautatiesilta
6.2.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|---|
| | risteyskohdissa selkeämmät opasteet aikasemmin ennen risteystä |
| | enemmän viittoja kuinka pitkä matka jäljellä |
| | on käyty niin monta vuotta että meille riittävät |
| kaksisuuntaisia kaikki | Katinkullan päässä tyydyttävät, opistolla erinomainiset |
| reunoilta pehmeää, vähän lunta | lumen alla osa, rikkiäisiä Heikkilän lenkillä |
| Katinkullassa ei valaistua latua | selkeämmät, on sekavia |
| ei ole | kilometrimerkinnot kuntoon ettei tule yllätyksiä, kartan värimerkinnot selkeiksi |
| | karttojen värimerkinnot pitää osata lukea |
| | too old, maybe in English also |
| vähemmän ylämäkiä | |
| | alamaasto niin sekava, että joka kerta eksyn, reitit menee niin ristiin |
| | joutuu turisteja neuvomaan, riippuu lukijasta |
| eka kerta tänä vuonna, en osaa sanoa | oikeastaan ei |
| eka kerta hiihtämässä, ei osaa sanoa vielä | eka kerta hiihtämässä, ei osaa sanoa |
| lunta kun on tarpeeksi on hyvät | uusia kaikki |
| vasta toinen hiihtolenkki | kartalla ainakin on hyvät |
| koiralatu vois olla | ihan hyvä on |
| | yleisesti joka risteyksessä opaste ja paljonko on matkaa minnekin |
| | kilpalatu vaaralla eri tavalla kuin kartassa, kiertosuuntamerkinnot huonot |
| ei ole | epäselvät merkinnät, en löydä hotellia, todella huonot opasteet |
| ei oltu merkitty ostoskeskuksen tienylitystä | latukarttojen uudistaminen ajantasalle |
| latu Juurikkalahdesta Rekikestiin | |
| levennys kurveissa pidemmälle, Keimassa | tiheämmin, oikealla ladulla |
| kuntohiihtäjälle loistavat | selkeät on, kiertosuuntamerkinnot reilusti |
| | ristiriitaa kilometrimerkintöjen suhteen |
| hyvät on | en paikkakuntalaisena ota kantaa |
| on hyvät | |
| ei tällä kokemuksella, vasta 2km hiihdetty | oon kuullu, että saisi olla paremmat ja enemmän |
| | ei ole johdonmukainen, pitäisi säilyä koko reitin ajan, kun uusitaan, vanhat pois |
| ei ole, on hyvät | ei ole, osaa aina takas kämpille |
| riittävä leveys, sopiva | juottopisteitä, tulet kodille joka aamu, yleisiä tansseja enemmän |
| kota 30km lenkille pahalla ilmalla | kodalla aamutulen tekijä |
| | Katinkullassa puutteelliset ensikertalaisille |
| Särkiseltä yhdyslatu Hiukkaan ei metän läpi vaan jäällä | |
| | sekavia, kilometritalut epäselviä |
| | sekavia, kilometritalut epäselviä |

| | |
|---|---|
| Vesikkotien parkki Rönkön laavulle vaikea päästä kun korkea lumivalli | |
| puita pois latujen varsilta niin ei olis keväällä roskia ladulla | |
| kahvipaikkoja tasaisemmin väliajoin, roskat | isot kartat hyviä, opasteet Sotkamoon opistolta epäselviä |
| | |

Rautatiesilta
20.2.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|--|
| | Vaaran laduilla selkeämmät opasteet |
| | Katinkullan reiteillä huonot, opistolla paremmat. latukartta liian pieni, pitäisi olla tarkempi ja isompi |
| sauva uppoo ladun sivussa | neonvalot ois kivat |
| | en osaa vielä lähteä oikein minnekkään |
| | matkan varrella opasteita että olet oikealla reitillä. opistolta Katinkultaan paremmat opasteet |
| edestakaisia latuosuuksia enemmän | koontitauluja "olet tässä" enemmän, nyt pitää olla oma kartta mukana |
| | epäselviä, selkeät nuolet ja yksinkertaiset kyltit |
| | kunnolliset opasteet pitää olla, Aurinkoladulla kesäkylttejä sotkemassa, ne pois talveksi |
| aamulla ensin Rekikestiin ja sitten heti 30km | välillä puutteita, joutuu neuvomaan. Heikkilässä aiemmin opastus opistolle, risteyksissä selkeät nuolet |
| enemmän reittejä | |
| | latukartassa liikaa tavaraa, opiston parkkipaikalla voisi olla jo latukartta |
| ulompi sauva pettää, liian pehmeä reuna | tuttuja reittejä |
| vaaran ladut pitäisi myös ajaa höylällä | vaaran laduille kilometrimerkinnät ja selkeämmät opasteet |
| ei tarviis kyntää hiekkaa näkyviin | yksiselitteisempiä, Emäntäkoululla kielletty hiihtosuunta –merkki liian myöhään. ei saa jäädä hiihtäjälle epäselvyyttä |
| | Aurinkoladun pikkuladut karttoihin, lisää opasteita yleisesti |
| | kylttejä enemmän, että paljonko on hiihtänyt |
| latu oli huono ja katkesi laskussa, mutta vain yksi kohta | |
| | selkeämpi opastus Sotkamoon, nyt en löytänyt sinne |
| latu yhdessä kohtaa kulki liian reunassa | millon valot sammuu kyltti esille, kauempana opasteet epäselviä, lähellä hyviä |
| hiihtäjiä enemmän ladulle | paljon on risteyksiä, joissa ei ole opasteita tai se on liian myöhään |
| | kartalla vaikea löytää latuja, liian pieni kartta mutta paljon latuja |

| | |
|--|--|
| vähän syvältä ajettu ja maata nousut lumelle | sekaisin uusia ja vanhoja, kartta joka risteykseen |
| | kilometrimerkinnät tarkemmat, karttapohjiin kilometrit, latujen vaativuusasteet paremmin näkyviin |
| | kilometrimerkinnät paljonko jäljellä, missä olet, risteyksiin paremmat merkinnät, Emäntäkoulu/Vuokatin viini huonot opasteet |
| | huonokuntoiselle pitäisi olla tiedot paljonko jäljellä |
| | enemmän viittoja majoituspaikkojen luota/luo |
| | latukartat sekavia |
| | vois olla vähän selkeämmät, lapsille lyhyempiä lenkkejä ettei joudu 10km lenkille josta ei pääsekkään takaisinpäin |
| | latukartat epäselviä |
| suksirauta voitelukoppiin | enemmän opasteita yleisesti |
| teiden ylitykset | |
| | risteyksiin lisää kylttejä |
| teiden ylityksissä hiekkaa | |
| | |

Rautatiesilta
27.2.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|--|---|
| | jossain vaiheessa en enää tiennyt missä reitillä olen |
| pirusti roskia | Rekikestin aukioloajat oikeiksi, viimeksi oli suljettu vaikka piti olla auki |
| | majoitustiloista opasteet laduille, latukartat sekavia ulkopaikkakuntalaisille |
| | parempi latukartta, montako kilometriä kodal- le, laavulle tms |
| tunnelien alla hiekkaa | huonosti merkitty, enemmän opasteita, Jää- tönlahti ja Katinkulta etenkin |
| lumisateen jälkeen 30km lenkki aiemmin ajettu | rautatiesillalle paremmat opasteet Opistolta |
| jäiset | |
| koiralatuja lisää | risteysalueilla paremmin merkintä olet tässä, mistä suunnasta tulit |
| roskia ladulla | |
| hiekkä | selvemmin merkintä että paljonko matkaa jäl- jellä sillä reitillä |
| | osa rikottu |
| | Katinkullassa saisi olla paremmat |
| | merkata erilailla, esim katkoviiva, mutkaviiva |
| | talvella kävelyreittien merkinnät paremmiksi |
| | karttaan selkeä täplä olet tässä |
| laskujen kuvakset tarkemmiksi, "vaativa lasku" ei kerro tarpeeksi | |
| | enempi tietoa |
| roskia paljon | latujen lähtöpaikoille paremmat merkinnät, kilometrimerkinnät |
| | paperiset latukartat liian pieniä |
| roskanen | |
| | lisää ja selkeämpiä |
| lasten hiihtolenkki, helppo, opistolle muumu- kuvioita tms, 1-2km | uudet hyviä, vanhat poistettava, vanhat km merkinnät sotkee |
| roskaisia | hotellilta selkeämmät merkinnät laduille, hen- kilökunta opasti huonosti |
| liittymälatu Sokos hotellilta on vain kelkalla ajettu | Sokos hotellilta paremmat liittymät ja opasteet |
| | risteyskohtiin selkeyttä |
| | hiihtosuuntamerkinnät tarkemmiksi |
| | enemmän kilometrimerkintöjä paljonko mat- kaa jäljellä |
| | ensikertalaiselle vaikea hahmottaa missä ollaan ja minne lähdetään |
| | selvemmat, erityisesti pidemmällä lenkeillä |
| | isommat tekstit risteyspaikoilla, fluorisoivalla tekstillä jotta näkyis pimeässä eikä tarvits aina pysähtyä |
| roskia | paljon pistoja laduille, paremmat opasteet läh- töpaikoille |

| | |
|--|---|
| iltapäivällä huonossa kunnossa kun paljon hiihtäjiä, latu menee huonoksi mäkien alla, puut pois jos kaatuu | ajantasalle, kiertosuunnat selviksi |
| roskia | |
| Vaarankylän 30km syksyllä ei niitetty pusikoita pois | |
| | jossain pientä epäselvyyttä mutta pärjään kyllä |
| havuja ja roskia liikaa | |
| | |

Rautatiesilta
6.3.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|---|
| murskata syvemältä latupohjaa, jotta jäätä sekoittuisi ja luistais paremmin | |
| syvemältä murskata jäätä sekaan | |
| vauhdikkaissa alamäissä ladun levennys voisi jatkua pidemmälle | Heikkilän pihassa turisti ei ehkä tiedä minne lähtee, risteyksissä enempi merkintöjä |
| kuntoilijoille helppo latu | risteykset on sekavia jos lähtee opistolta pitää kysyä respasta |
| | olet tässä merkinnät karttoihin selvemmin |
| | selkeitä nuolia reitin varteen, Vuokatinmaalta tullessa kaupanrakennuskohta epäselvä |
| | Katinkullasta lähtiessä puutteita |
| | vanhoja opasteita jäänyt ja ne on epäselviä |
| | selkeä nuoli ja paljonko matkaa määränpäähän |
| Katinkullan lomahuoneistossa ei ollut karttoja | lapsille oma kartta jotta aktivoituisivat kartanlukuun. karttoihin merkinnät huvipaikoista kuten Angry Birds puisto, tärkeimmät aukioloajat opastauluihin |
| | enemmän karttoja, jossa näkyy missä on |
| liian reunassa latu, sauva upposi | useammin opasteita |
| tukossa, ei mene perinteisen latua molempiin suuntiin | kilometrimerkinnät |
| | alamaaston ladut epäselvästi merkattu |
| | kilometrimerkinnät paljonko matkaa tiettyyn pisteeseen |
| | koko ikäni hiihtäny täällä, ei tarvi kehittää |
| ei latua Katinkullasta tullessa tännepäin, oli tukossa | |
| | kiertosuunnat paremmin, matkan varrella merkkejä kumpi on oikea hiihtosuunta |
| | jos uusia ideoita löytyy niin mikä ettei |
| | epämääräisiä, pitäisi selkeyttää jotta äkkinäistenkin tajuaa |
| | yksi pätkä kartassa kaksisuuntainen mutta olikin yksisuuntainen, ajantasaisempia |
| tiennylytykset pahoja 30km lenkillä, joutuu ottaa sukset pois | |

| | |
|--|---|
| yleensä on ollu hyvät | nykyisin hyvät, näkee, ennen oli liian pienellä |
| | tietää mihin suuntaan mennä, taukopaikat merkitty, kai ne on |
| | lisää opasteita, rinteiltä opastus ladulle, onnistuu eksymään |
| ei ollut ajettu 10km lenkkiä aamulla | |
| Sokos hotellilta huonot, enemmän valaistuja latuja | Sokos hotellilta paremmat opasteet laduille ja alamaaston opasteet selkeämmät |
| ostoskeskuksen pätkällä ei latua | ostoskeskuksen rakennustyömaa huonosti merkattu, ei ole kartassa |
| | Heikkilässä hiihtosuuntamerkinät tarkemmat |
| ajaa useammin lumisateella | Katinkultaan hiihtäessä muutama lisäopaste saisi olla |
| ei oltu avattu | |
| | isommaksi ja näkyvämmäksi |
| tiuhemmin ajaa, paljon hiihtäjiä niin kuluvat | mä pärjään kyllä näillä |
| valaistuja lissää pidemmille reiteille | varoituksia enempi jyrkistä paikoista |
| mäkiä pois | |
| 10km latua ei oltu ajettu | vaaran kilpaladulle paremmat opasteet |
| more cafes and restaurants | more English |
| vähän useammin ajaa | |
| fastroissa ei näkynyt että Vuokatinmaahan meno ummessa | Katinkullassa kilometrimerkinnät puutteelliset, samoin etelään mennessä |
| | ostoskeskuksen rakennustyömaan merkinnät liian myöhään |
| | |

Rautatiesilta
3.4.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|---|
| luisteluhiihtäjät pois perinteisen ladulta | |
| | latukartta saataville paperilla |
| perinteisen latua höylätä enempi, ettei ole ros- kia keväällä | liian pienellä ladun varrella olevat opasteet, iso kartta hyvä |
| ympäri sinistä latua koko matka, nyt on pätkä punaista | |
| | vois olla selkeämmät |
| | selkeämmäksi |
| lumisateella ajaa useammin | kilometrimerkinnät paljonko jäljellä tiettyyn määränpäähän |
| viime vuonna meni yksi hiihtopäivä hukkaan kun ei oltu ajettu latua lumisateella | kilometrimerkintöjä reittien varrelle |
| | että näkis kokonaisuuden minne seuraava pätkä latua menee, vaikea suunnitella ympyräreittejä |
| | yksisuuntaisia latuja liikaa, ovat hankalia |
| | sais olla runsaasti, mökiltä paremmat opasteet ladulle, varsinkin mökkialueella |
| Katinkullassa roskaisia latuja, ei oltu ajettu | voihan niitä aina lisätä ensikertalaisille |
| | Heikkilään lisää kilometrimerkintöjä matkan varrelle |
| ei saa rakentaa liian tiheäksi | tuttuja meille |
| perinteisen latu alkusyksystä liian paljon s- kurveja suorallakin osuudella, leveetä latu-uraa laskuissa pidemmälle | käveleminen ja koirien ulkoilutus ladulla kiel- letty merkinnät kunnolla, väärä hiihtosuunta – merkkejä tarpeeksi lisää |
| 24km lenkki ajamaton, neulasia, luisteluhiihtäjät saisi pysyä poissa perinteisen ladulta | |
| | Hiukkaan paremmat opasteet |
| Aurinkoladun jääosuus ajettu liian kevyesti, liian jäinen | pitää tutustua etukäteen |
| enemmän kahdensuuntaisia latuja | |
| | joissakin kohdissa rikkinäisiä |
| | epäselviä, kilometrimerkintöjä yms “hei nyt on seu- raavat x km laskua” |
| hyvä, että latua levennetty | eri väreillä merkata eri reittejä, saisi olla enemmän opasteita + motivointikylttejä |
| selkeä piste minne kyltit osoittaa, km merkinnät laskettu ja voi kokoontua, mennä jos eksyy | gps-koordinaatit alkupisteille |
| taukopaikkoja ja latukahviloita enemmän | |
| | viittoja enemmän, Sotkamon suunnassa huonosti viittoja, karttoja on, Katinkullassa liian vähän viitto- ja |
| | jäällä ja Sotkamon päässä epäselviä, eksyttiin |
| tuiskulla ajaa useammin | |
| | iso kartta 30km lenkillä, hiihtosuuntamerkinnät sekavat, joutuu turisteja neuvomaan |
| sais ajaa paremmin, etenkin Katinkullasta | Katinkullassa tosi huonot, ei löytynyt oikeaa latua |
| | latukartat epäselviä |
| | Katinkullan päässä jäällä epäselviä |
| luisteluhiihtäjät sotkee perinteisen ladun, jotain pitäis tehdä | |

Rönkkö
6.2.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|--|
| | selkeämmät opasteet, vaaran kilpaladun opasteiden parantaminen |
| vaaranladut kaksisuuntaisiksi | kilometrikyllttejä enemmän/selkeämmin |
| | ennakkomerkit latujen risteyksiin |
| | kilometrikylltit tiheämmin |
| | isommat, selkeämmät, ennakko kyltit aikaisemmin |
| | Opisto-Sotkamo välinen merkintä paremmaksi |
| | tiheämmin kilometrikylltit |
| | tiheämmin kilometrikylltit |
| | Opiston seudulle tiheämmin opasteita |
| latujen ajot aikaisemmin | selkeyttä |
| | kilometrikyllttejä tiheämmin |
| kesäkunnostus, pohjatyöt paremmaksi | |
| aamusta heti auki | tiheämmin kilometrikylltit |
| ilta-ajo ladut kerkee kovettua | |
| kaksi viereistä latu-uraa "seurusteluladut" | vaaran kympillä huonot |
| | |

Rönkkö
27.2.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|--|
| | opiston opasteet selkeämpi, hotellille latua |
| taukotupia enemmän ja lähemmäksi | tiheämpään km-merkinnät |
| useammin latukone voisi mennä | |
| | km-merkintöjä enemmän |
| | yhdysladulle parempia opasteita |
| kaksisuuntaisia enemmän | |
| mutkan jälkeen ladut kuntoon | |
| lisää latuja | |
| lisää latuja | |
| helpompi vaihtoehto vaaralta alas | voisi olla useammin väliaikatietoja, km-määriä |
| | km-määriä voisi ilmoittaa useammin |
| yhdyslatuja enemmän | |
| helpompia latuja | |
| Vuokatin rannasta helpompia latuja lapsiperheille | |
| | |

Rönkkö
6.3.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---|--|
| laavupaikat helpompiin kohtiin (lapset) | |
| penkan leikkaus parkkipaikalta | jos tulee muutoksia latuihin tulee merkitä paremmin (muutos) |
| | kilometrikytettä enemmän, opasteet isommiksi |
| | alaladuilla selkeytystä |
| kunnostus aikaisemmin | |
| | isommat tekstit opasteisiin |
| | isompi koko opasteisiin |
| järvilatu maille, vesi nousee ladulle | hiihtosuunnan merkintä tehokkaammaksi |
| kesäkunnossapito pohjille | |
| tienvylitysten kunto | |
| reittitunnelin lasku vaarallinen, nousu ennen Vuokatinvaaran tietä loivempaan kohtaan | |
| | risteyskohtiin tehostusta |
| lisää latuverkostoa | vaaran "mustat" paremmin merkitä |
| teiden ylitykset | |
| teiden ylitykset (hiekat) | "kesäopasteet" |
| | 10km/30km erkaneminen |
| | enemmän "missä olen" -opasteita, selkeämmät viitat + matkamäärät |
| | |

Rönkkö
3.4.2013

Mitä mieltä olette latujen kunnosta?

Mitä mieltä olette latujen opasteista?

| | |
|---------------------------------------|--|
| | rikkinäisiä |
| koneella ajaa enemmän | |
| | selkeämmät ja isommat ja mistä kääntyy milloin ja mihin |
| | opasteita kannattaisi uusia, useammin kilometri-merkintöjä kohteeseen |
| | risteyskohdissa lisää ja isot (ajatellen sellaista joka ei ole ennen käynyt) |
| | Porttivaaran lenkki |
| | selkeämmät (ensikertalaiselle) |
| | vanhimmat uuteen |
| | paremmat risteysalue |
| Katinkullan ympäristö | etäisyyslappuja |
| tien ylitys | yhdenmukaistaa/selvemmät reititykset (ovat joutu- neet opastamaan) |
| kävely | |
| | Katinkullan lähtö |
| huolto roskista, huoltopisteitä lisää | Emäntäkoululla heikot opasteet |
| | opasteet ja km-näytöt puutteelliset |
| Vuokatinvaara (silta) | vaaranpaikan opasteet |
| | merkintä (mäet) |
| | selkeämmät merkinnät |
| | lisää opasteita (risteys) |
| | kilometritolpat |
| | viitoitukset |
| | kilometriopasteita lisää + kiitos nuotiopaikoista |
| | opistolla vajavainen (isot kartat kaikkiin pisteisiin) |
| | |