Kaunis talvisää houkuttelee uimareita. Kuva: Emilia Timlin

Ideakortti 23 – Talviuinti

Perustietoa

Talviuinnilla tarkoitetaan yleisesti uimista alle kymmenasteisessa luonnonvedessä. Talviuinti pitää sisällään avantouinnin, joka vaatii jääpeitteen. Talviuinti tapahtuu ulkona ja Suomessa talviuintikausi alkaa yleensä lokakuussa ja päättyy toukokuussa. Talviuinti on kehittynyt saunan jälkeisestä viilentymisestä suosituksi harrastukseksi, jonka piirissä jopa kilpaillaan. Avantouinnin ensimmäiset MM-kisat järjestettiin vuonna 2000 Helsingissä.

Saavutettavuus ja turvallisuus

Talviuintipaikan sijoittaminen yhdyskuntarakenteeseen on suhteellisen helppoa, koska se ei vaadi osoittamista kaavassa ja uintipaikan voi sijoittaa useiden erilaisten toimintojen yhteyteen. Hyviä paikkoja ovat esimerkiksi uimaranta tai pienvenesatama. Näissä paikoissa on usein jo valmiiksi talviuintia tukevia rakenteita, kuten laituri tai pukusuojatiloja. Pukusuojan tulisi olla lämmin, mikä saattaa vaatia lisärakentamista. Sauna on miellyttävä lisä talviuintiin muttei pakollinen.

Uintipaikkaa ei suositella rakennettavaksi virtaavan veden alueelle. Jos näin kuitenkin tehdään, tulee paikkaan rakentaa suojus, kuten esimerkiksi verkko tai muu rakennelma, joka estää uimarin joutumisen jään alle. Veden tulee olla riittävän syvää (suositus 1,5m) ja laadultaan uintikelpoista. Uintipaikka tulee tarkistaa sukeltamalla aina ennen avantokauden alkua. Paikalla tulee olla hyvät opasteet ja tarvittavat pelastus- ja ensiapuvälineet. Myös huollon ja pelastusajoneuvojen reittien suunnittelu on tärkeää, koska talviuintiin liittyy riskejä. Uintipaikan turvallisuudesta vastaa sen tarjoaja.

Talviuintipaikka voi sijaita uimahallin tai maauimalan yhteydessä, jos ne sijaitsevat vesistön äärellä. Uimahallien ja maauimaloiden ulkoaltaat tarjoavat myös mahdollisuuden talviuintiin. Jos altaita käytetään vain kesäisin, voidaan harkita ulkoaltaan ottamista talviuintikäyttöön. Jos uimahallissa ei ole ulkoallasta, sen rakentamista voidaan harkita. Tällöin uimahallin vieressä tulee olla tarpeeksi tilaa rakentamiseen ja kaavoitustilanne on syytä tarkistaa.

Koska uimahallista ja usein maauimalastakin löytyy lämpimät pukutilat sekä sauna, ovat edellytykset talviuintipaikan sijoittamiseen niiden yhteyteen ovat hyvät. Uimahallissa ja maauimalassa myös vältetään yleiset talviuintipaikkaan liittyvät riskit, kuten liiallinen virtaus, mataluus tai vedessä olevat vierasesineet. Uimahalli ja maauimala ovat valvottuja tiloja, mikä myös lisää turvallisuutta.

Saavutettavuuden näkökulmasta uimahallin tai maauimalan ulkoaltaat ovat yleensä hyvin käyttäjien saavutettavissa, koska uimahalli tai maauimala sijaitsevat usein keskeisillä paikoilla. Luonnonuimapaikkojen sijainti riippuu vesistön sijainnista ja siitä onko vesistö uintikelpoinen. Luonnonvesistöt ovat yleensä maisemallisesti houkuttelevia talvisin. Uintipaikan tulisi olla saavutettavissa kävellen, pyörällä, julkisilla kulkuneuvoilla tai autolla.

Kaavaprosessi ja -merkinnät

Talviuintipaikan perustaminen ei edellytä yleensä laajaa hankesuunnittelua eikä sitä ole pakollista merkitä kaavaan. Kuitenkin uimarannan yhteyteen sijoitettaessa tulee talviuintipaikan tavoitteet, suunnittelu, toteuttaminen ja käytön suunnittelu sisällyttää uimarannan hankesuunnitelmaan.

V	Virkistysalue.
VL	Lähivirkistysalue.
VU	Urheilu- ja virkistyspalvelujen alue.
VR	Retkeily- ja ulkoilualue.
RM	Matkailupalvelujen alue.
PY	Julkisten palvelujen ja hallinnon alue.

Asemakaavassa talviuintipaikan mahdollistavat kaavamerkinnät:

V	Virkistysalue.
VP	Puisto.
VL	Lähivirkistysalue.
VU	Urheilu- ja virkistyspalvelujen alue.
VR	Retkeily- ja ulkoilualue.
VV	Uimaranta-alue.
RM	Matkailua palvelevien rakennusten korttelialue.
YU	Urheilutoimintaa palvelevien rakennusten korttelialue.
LV	Venesatama/venevalkama.

<table>
<tr><td>Tyyppi</td><td>Uintipaikka (avanto) luonnonvesiin lämpimällä pukusuojalla</td><td>Uintipaikka luonnonvesiin uimahallin yhteydessä</td><td>Uimahallin tai maauimalan ulkoallas</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Turvallisuus</td><td colspan="2">Useita avantoja ei saa tehdä lähekkäin
Avantoalue merkittävä erottuvalla tavalla
Laiturin tulee olla riittävän leveä ja kaiteellinen (rakennusohjeet: RT-97-10107)
Solmullinen turvaköysi, jota pitkin voi vetää itsensä portaille/tikkaille</td><td>Talviuintiallas lisättävä uimahallin/uimalan turvallisuussuunnitelmaan

Uimavalvonta talviuintialtaalle</td></tr>
<tr><td colspan="3">Riittävä valaistus sekä liukastumisen estävä kulkureitti uimaan
Pelastusvälineet (pelastusrengan ja heittoliina)
Ensiaputarvikkeet helposti saatavilla</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Rakenteet ja välineet</td><td>Lämmitetty pukusuoja</td><td>Kulkureitti uimahallista luonnonvesiin</td><td rowspan="2">Talviuintipaikan rajaaminen ulkoaltaasta tai kokonaisen pienikokoisen altaan käyttö

Vedenlämmitys tai kierrätys jäätymisen estämiseksi

Ulkotilojen muokkaus talviuintiin sopivaksi</td></tr>
<tr><td colspan="2">Kierrätyspumppu, virrankehitin, avantoluukku tai -kansi
Virtaavan veden alueille turvaverkko tai muu vastaava rakennelma
Avantoalueen ympärille aidat, puomit tai lippusiimat
Kaiteellinen talven kestävä laituri</td></tr>
<tr><td colspan="3">Portaat parempi vaihtoehto kuin tikkaat
Lämpömatto
Opasteet (ylläpitäjän tiedot, avunantamisohjeet: osoite, ajo-ohjeet, hätänumero) ja varoitukset (mm. älä mene yksin avantoon, älä hyppää pää edellä)</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Arvio suunnittelu- ja rakennuskustannuksista</td><td>Lämmitetty pukusuoja
n. 30 000e - yli 50 000e</td><td>Uimahallista riippuen mahdollisesti kustannuksia hallin rakenteiden (ovien tms.) muokkaamisesta</td><td rowspan="2">Rakennuskustannukset:
jaloteräsallas
n. 1200e/m2
teräsbetoniallas
n. 1000e/m2
muu allastyyppi
n. 950e/m2</td></tr>
<tr><td colspan="2">Laiturin tyypistä ja koosta riippuen
n. 8000e - yli 10 000e</td></tr>
<tr><td>Arvio käyttökustannuksista</td><td colspan="2">n. 5000e/v</td><td>Jäätymisen estävä lämmitys säästä riippuen n. 50-150e/kk
Teräsbetoni korjaus 65% rakennuskustannuksista (25v. välein)
Jaloteräsallas korjaus 4% rakennuskustannuksista (10v. välein)</td></tr>
<tr><td>Saavutettavuus</td><td>Saavutettavuuteen vaikuttaa luonnonvesistöjen, uimarantojen ja venevalkamien sijainti</td><td colspan="2">Mahdollista toteuttaa luonnonvesien sijainnista riippumatta
Uimahalli/maauimala sijaitsee yleensä keskeisellä paikalla</td></tr>
<tr><td>Käyttäjät</td><td>Talviuintiseuraan/ yhdistykseen kuuluvat uimarit</td><td colspan="2">Mahdollista saavuttaa suurempi käyttäjämäärä, sillä uimahallin kaikki kävijät voivat käydä talviuimassa</td></tr>
</table>

Taulukko 1. Yleistietoa talviuintipaikan suunnittelun, rakentamisen ja ylläpidon tueksi

Lähteet & linkkejä

Avantouinti voi auttaa jaksamaan ja palautumaan (2020). Liikunta ja Tiede 1/2020. <https://www.lts.fi/liikunta-tiede/artikkelit/avantouinti-voi-auttaa-jaksamaan-ja-palautumaan.html>

MA-arkkitehdit, Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliitto & Mikkola, M. (2006). Uimarantaopas. Rakennustieto: Opetusministeriö.

Ranta-alueiden kaavoitus (2020). Ympäristöhallinnon yhteinen verkkopalvelu <https://www.ymparisto.fi/fi-fi/elinymparisto_ja_kaavoitus/maankayton_suunnittelujarjestelma/rantaalueiden_kaavoitus>

Talviuinnin historiaa (2021). Suomen Latu <https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/lajit/talviuinti/talviuinnin-historiaa.html>

Talviuinti (2021). Viisaasti vesillä <https://www.viisaastivesilla.fi/etusivu/pelastu_ja_pelasta/jaalla/talviuinti>

Talviuintiopas (2015). Suomen Latu. <https://www.suomenlatu.fi/media/ulkoile/talviuinti/talviuinnin-julkiset-tiedostot/talviuintiopas_2015.pdf>

Talviuintipaikat (2021). Tukes <https://tukes.fi/tuotteet-ja-palvelut/kuluttajille-tarjottavat-palvelut/uinti-ja-muut-vesilajit/talviuintipaikat>

Talviuintipaikat kartalla (2021). Lipas-liikuntapaikat <https://www.lipas.fi/liikuntapaikat>

Terveyttä talviuinnista (2011). Suomen Latu. <https://www.suomenlatu.fi/media/ulkoile/talviuinti/talviuinnin-julkiset-tiedostot/talviuintiopas_netti.pdf>

Kustannusten selvittämisessä käytetty apuna nettisivuja, asiakirjoja, uutisia sekä sähköpostin välityksellä tapahtunutta tiedonjakoa:

Avantouintipaikan hallinnoinnin uudelleenjärjestely (2020). Rautalammen kunta <https://rautalampi.cloudnc.fi/fi-FI/Toimielimet/Sivistyslautakunta/Kokous_1982020/Avantouintipaikan_hallinnoinnin_uudellee(8712)>

Kuukauden ulkoiluteko Kiuruvedellä pukukopista tuli talviuintipaikan helmi (2017). Suomen Latu <https://yhdistyspalvelut.suomenlatu.fi/fi/ajankohtaiset-2/kuukauden-ulkoiluteko-kiuruvedella-pukukopista-tuli-talviuintipaikan-helmi>

Tunturi Tuomo (2020). Allasrakenteiden teknistaloudellinen valinta <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/345459/Tunturi_Tuomo.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Tuusulan kunnan uimarantaselvitys vaihe 2 (2016). Tuusula <https://www.tuusula.fi/attachments/text_editor/29993.pdf?name=Tuusulan_kunnan_uimarantaselvitys_vaihe_2_rev_1>

www.allaspeite.fi

www.marinetek.fi

www.napsalaituri.com

www.rantalaituri.fi

www.shop.suomenlaiturikauppa.fi

Tuiran talviuintipaikka pakkaspäivänä. Kuva: Emilia Timlin