

Gunnar Press

Kui Eesti oma vanuseklassi rulluisumeister Evelin Ilves teisipäeval ärkab, trummeldab Kadrioru lossi akendel vihm. Tehnikatreenn, mis Berliini maratoni eel igal juhul ära tuleb teha, läheb sõna otseses mõttes vett vedama. Aga tuju ei lange. Abikaasa Toomas Hendrik rassib juba kangisaalis. Evelin pakib viiese tütre Kadri-Keiu lasteaiaküpseks ja haub plaani, kuidas sportlikku vormi hoida.

Ta helistab Tabasalu klubi Inpilates treenerile Kaia Heinlehele ja küsib, kas võib pilatese trenni enne uisutamist ära teha. Klapib, aeg on vaba.

Järgmises telefonikõnes ütleb rulluisutreener Jaanus Ritson, et kesklinna autoparklate ülakorrusel on varemgi "rullitud". Evelin väljub Kadriorust uisukostüümis, kuid Ahtri tänava parklas veendub: liialt märg, autokummid toovad vee tänavalt sisse.

Selge, pilatesesse minek.

Teel jätkab Evelin uisuvõimaluste uurimist ning saab teada, et Stockmanni parkla ülemine korrus on autodest vaba ja ta on keskpäevaks oodatud.

Plaan on paigas.

Teises Tabasalu poole vuravas autos arutlevad piltnik ja ajakirjanik, mis see pilates õieti olla võib. Kumbki arvab teadvat, et tegemist on võimlemisega. Ajakirjanik on kuulnud, et ka vaim peab kuidagi puhastust saama, ja piltnik arvab, et raskeid harjutusi ei tohiks olla.

## Pilates, tuleb välja, on iseäralik jõutrenn

Kuni Evelin võimlemisriided selga vahetab, tõstab treener Kaia sinise mati keskpõrandale ja püüab pilatest defineerida. Võhikud saavad kuulda, et pilatase kava köidab mõtte nii tihedalt tehtava külge, et vaim saab tunni puhkust. Või umbes nii.

Evelin palub vaikset taustamuusikat ja kava algab. Kui Kaia piltniku sebumisest pisut kohmetub, siis Evelin keskendub täielikult, ei edvista ega kannata rambipalaviku all.

Sirutused ja venitused, mille kestel õigesti hingata tuleb, muutuvad aina keerukamateks ja kasvavad jõutreeninguks.

Piltnik ja ajakirjanik vahetavad pilgu ja vangutavad pead. Kõige uskumatum, et Euroopa painduvaima Esimese Leedi ilme pingutust ei reeda, ta isegi ei hingelda. Otsaesine on ammu märg, kui Evelin poetab treenerile, et lihased on eilsest pikast kangitrennist veidi hellad.

Lihaskgrupid võetakse tunniga läbi, siis kiidab Kaia: "Tubli tüdruk!" ja selgitab vaadanuile: "Evelin on tugev, temaga saab rasket kava teha."

Evelin pühib higi ja pomiseb: "Higi, verd, pisaraid..."

Ta koketeerib pisut: "Vaadake, et mu rullisukukkumiste armid pildile ei jää!" Puhkeb samas naerma: "Tegelikult olen nende üle uhke!"

Evelin viskab vestluse käigus sujuvalt kord hundiratast, kord spagaati. "Kuni spagaati lähen, kestab elu edasi," rõõmustab ta. "Kaia tegi mulle hullu jõusaalikava, et tõstan nagu mees. Algul ei osanud kangi üle pea õlgadele tõsta, kartsin näo loppi lüüa."

## **Treener: "Ta on metsikult järjekindel."**

Kui Evelin taas riietusruumi kaob, selgitab Kaia, et nende koostöö algas kaks aastat tagasi, kui Toomas Hendrik Ilvesest president sai. Tehtud on tantsulist trenni, latiinoaeroobikat. Body pumpi. Ja muidugi jõudu. Pilates lisandus kuu aja eest, kui klubi valmis sai.

Milline Evelin 2006. aastal tulles oli?

"Ta oli... alguses," vastab Kaia pisut kobamisi. "Aga tal on varasemast väga hea taust ja ta on metsikult järjekindel. Võtab uut avatult vastu ja keha areneb läbi erinevate kogemuste kiiresti."

Kaia lisab, et koostab Evelini pilatese kavad nii, et need toetaks rulluisutamist. Näiteks tasakaaluharjutusi on palju. "Tema sportlikud eesmärgid on ikka uisutamisega seotud," teab treener.

Evelin vihiseb riietusruumist välja, uisukostüüm jälle seljas. Kallistab treenerit hüvastijätuks ja turvamees pöörab autonina Tallinna suunas.

## **"Järgmisel aastal teen Ansipile ära!"**

Evelin Ilves on Eesti Rulluisuliidu president ja klassi N40 Eesti meister. Kuni ta Stockmanni ülakorrusel rulluiske jalga sikutab, räägib piltnik: "Rulluisutamisel on uus etalon. Küsisin ühelt sõbralt, kuidas tal võistlustel läks. Ta vastas, et hästi, lõpetas enne Ilvest. Eespool sõitjad võrdlevad end Ansipiga."

"Järgmisel aastal teen Ansipile ära!" lõõritab Evelin ja surub kiivri pähe.

Kui tema võimlemiskostüüm oli amatöörlik – Adidase särk paaris Nike pükstega –, siis rullisuvorm on šikk. ISC, seega Ilves-Extra tehtud. Eesti motiividega, riiginimi seljal.

Evelin kiljatab: "Libe, ikka libe!" Katus on peakohal, aga lakkamatu vihm niriseb jugadena üle põranda. Tehnikatrennist pole juttugi, uisutamine taandub fotosessiooniks. Piltnik kamandab ja Evelin täidab ettevaatlikult juhtnööre. Ei kiirendusi ega vigureid.

Piltnik ei halasta: "Otse mööda lompi, palun! Jube lähedalt peegeldab!"

Tehtud saab seegi.

## **Ligi sajakesi Berliini maratonile**

Berliini maraton toimub 27. septembril ja seks ajaks tuleb oluliste trennidega ühele poole saada. "Põhjalik laskumistrenn juba oli, pöördeid harjutasin Viimsi spordihallis terve talve. No küll me tehnikatrenniga kah toime tuleme!" lubab Evelin uiske alt võttes.

Eelmise aasta Berliini maratonil kallas stardist finišini paduvihma, aga siis olid saabaste all märja ilma kummid ja eestlased ei lasknud end heidutada.

Evelin oli äsja lennanud üle Atlandi, tulles presidendiga New Yorgist ÜRO peaassambleelt. Göteborgis avati raamatumess, siis läksid abikaasade teed lahku. Kui Evelin Berliini jõudis, oli ta 36 tundi järjest ärkvel olnud. Järgmisel päeval kulus maratonile kaks ja veerand tundi.

Tänavu, loodab Evelin, stardib Berliinis ligi sada eestlast. Ta ise tahab mullusest tublisti parem olla, suvise Šveitsi maratoni läbis ta juba 1:51ga. "Aga võistlushasarti pole veel peale tulnud,"

tunnistab Evelin. "Ju see aastatega tuleb!"

## **Ärma – pühendumine lapsele ja ehitusele**

Evelin sõidab Kadriorust läbi, käib duši all ja vahetab riided. Kui ta lõunasöögiks ja intervjuuks Pirital erksalt Velvetisse astub, pöörduvad mööduvad mehed järele vaatama.

"Olin kuuene, kui iluvõimlemisega alustasin. 13aastaselt läksin rühmavõimlemisse, tegin ka show-tantsu. Tegelikult kiskus hing riistvõimlemisse, sest just akrobaatika oli mu tugevam külge. Vanemad ei lubanud, kartsid laiu õlgu, kitsaid puusi ja kukkumisi. No poomil sain ma hundirattaga niisamagi hakkama," räägib Evelin.

"Ülikooli ajal ja hiljem Eesti Päevalehes töötades käisin iga päev aeroobikas. Kui Toomasega tuttavaks saime, ta nurises, et peab mind igal õhtul kaua ootama.

Kui kuus aastat tagasi Kadri-Keiut kandes Ärmale kolisin, jäi sport katki. Last polnud kellegi hoolde jätta, aga eeskätt pühendusin ehitusele. Olen totaalne pühenduja, kõik peab perfektne olema.

Muide, kui praegu teadlasest mehega Kambodžas elav Tiina Joosu hiljuti kodumaal ja mul külas käis, ta meenutas: ma öelnud aastaid tagasi, et kõigepealt teen maja korda ja siis võtan enda käsile..."

## **Kadrioru lossi ja tagasi spordi juurde**

Kui Evelin kahe aasta eest presidendilossi kolis, ei hoidnud ajakirjandus end tema välimuse

kallal õiendades suurt tagasi. Kas see tegi haiget, sundis midagi muutma?

Evelin lööb heleda lühikese soengu kuklasse.

"Muidugi on valus, kui halvasti öeldakse. Aga teiste arvamuse pärast, selleks, et kõigile meeldida, ei tee ma midagi! Loomulikult olin trull, aga see oli rohkem enesetunde küsimus.

Ärmal polnud peeglitki. Ma ei meikinud end, ei ostnud riideid, käisin kalossides. Last oodates võtsin 30 kilo juurde, sellest 20 jäi pärast sünnitust alles. Tulnuks end vormis hoida, trenni teha, isusid pidurdada."

Evelin palub tuua uue pudeli puhast vett, pilates on organismi kuivatanud.

"Isik, kes linnas suurest peeglist vastu vaatas, ei meeldinud mulle. Ja Ärmal oli maja valmis.

Tahtsin treeningutega kohe sealt alustada, kus kolme aasta eest lõpetasin, aga Kaia ei lubanud. Pidin kuu aega lihtsalt kõndima, see isegi masendas. Kuid Kaial oli õigus, sellest saan aru nüüd, kui treenin teadlikult, pulsimõõtja randmel."

President sõidab rattaga, käib jõusaalis, ujub.

"Avalikkuse pidev tähelepanu võtab energiat ja tekitab stressi, millest kehaline tegevus vabastab," arutleb Evelin.

"Minu tööülesanded pole piiritletud, aga võtan neid nii, nagu oleks riigipea üks komplekt – president ja tema abikaasa. Esindan Eestit välis- ja maakonnavisiitidel, võtan külalisi vastu. Saades palju tähelepanu, peab mul olema mingi väärtus, mida oma rahvale edastada. Valisin tervise – tahan juhtida inimeste tähelepanu sellele, kui oluline tervis on. Nii võttes, olla kehaliselt

kombes tähendab mulle tööülesannet."

Tunneb Evelin Ilves end riigi visiitkaardina?

"Jah, ilmselt küll. Jään meelde kui killuke Eestit. Tekitan elevust ka sellega, kui välisvisiitidel hommikuti jooksmata või uisutama lähen. Ja eks mulle meeldivad komplimendid nagu kõigile naistele."

Kui viljakas on kodus muld, millesse Evelini spordiõpetuse iva langeb?

"President on viljakas muld, sõidab jalgrattaga, käib jõusaalis. Saab aru, et vaimse töö tegijale annab tund sporti vastu kaks tundi säravat tööaega," kiidab Evelin.

Noorest peast Toomas ujus ja tal on tänaseni väga hea tehnika. Ta ujub vahel merel nii kaugele, et ihukaitsjad on tagasi jõudes täitsa väsinud."

### **Kes tahab, see ka saab sportida**

Pereemad võivad küsida, kust võtaks nad töö ja laste kõrvalt aja, et sporti teha. Evelin lööb käega.

"On kuid, mil mul pole ühtki vaba päeva. Visiitidel kestavad tööpäevad tihti 14 tundi. Ma ei saa sageli mingit nädalaplani teha, päevaplaangi muutub tundidega. Kuid olen harjunud, et siis spordin hommikul, lõunavaheajal või õhtul. Ja spordiklubides on lastetoad, olen neid ka ise kasutanud.

Suhtumise küsimus: kes oma võimaluste piires 24 tunnist ühte sportimiseks ei leia, see lihtsalt ei taha sportida. Aga kui ta mõnd aega proovib, saab sportimisest vajadus. Keha hakkab paljusid häid asju dikteerima. Küsib õhtul, kas on ikka mõtet kõht kartulit ja sealiha täis süüa, kui see hommikul jooksmist segab."

Selles on Evelin kindel, et tööandjate kulutusi töötajatele sportimisvõimaluste loomisel ei tohiks erisoodustusmaksuga karistada.

Ja veel. Õppinud meedikuna arvab Evelin, et töökoormuse üle kurtmise asemel võiks perearstidki hoolitseda rohkem selle eest, et patsiendid haigeks ei jääkski.

"Arst on üks kogukonna arvamusiidreid, teda jälgitakse. Ta ei tohiks olla ülekaalus, suitsetada ega osta kartulikrõpse. Tipparste koondav Eesti Tervise Fond, kellega koostööd teen, peab aru, kuidas rahva tervist parandada ja seadusandlust mõjutada."

### **Pikk uisusõit kaldateel, delfiinid veest hüppamas**

Kui Evelini käed söögiriistadest vabanevad, tahab ta jälle rulluisutamistest rääkida.

"Laskumistrenn käis sedasi, et treener pani poolele teele mobiiltelefoni maha ja me pidime selle üles korjama. No nii head tehnikat meil veel pole..."

Tunnikiirus kasvab 80-90ni ja kui siis nurga tagant äkki külgtuul puhub, tähendab see kõva katsumust. Aga kõrvus viliseb!"

Esimene leedi satub sellisesse vaimustusse, et hüppab laua tagant püsti ja kükitab näitama, kuidas laskuda tuleb, nina ette tõstetud kätega voolujoonelisust suurendades.



Istub tagasi ja ihaleb: "Reisidel sportides näen linna, loodust, inimesi. Floridas uisutasin mööda 16 kilomeetri pikkust kaldateed, delfiinid kõrval veest välja hüppamas. Need on õnnehetked! Ükski paha mõte ei jõua mulle järele!"

## **Sõidab Pekingisse paraolümpiale**

Pärastlõunal saadab Eesti Olümpiakomitee liige Evelin Ilves lennujaamast Hiina poole teele Eesti paraolümpiakoondise. Ta rõhutab lühikeses kõnes, mil määral sport iga inimest võib aidata.

EOK-I on Esimese Leediga kokkulepe, et too aitab sporti propageerida, ja paraolümpia teiseks pooleks sõidab Evelin Pekingisse atleete innustama.

Korralduskomitee on talle määranud vastutusrikka ülesande – riputada medalid kaela füüsilise puudega meeste 100 m seliliujumise parimatele. Sestap selgitab Evelin lennujaamas meie medalilootusele Kardo Ploomipuule, kui uhke ta oleks eestlase autasustamise üle.