



## Tapahtumat ja kesätauko

### Kilpailut

- [31.7. Vuosaari Games, Helsinki](#)
- [1.-2.8. AM 14/15v, Helsinki](#)
- [8.8. Seuracup 2, Veikkola](#)
- [4.-7.8. Kalevan Kisat, Joensuu](#)
- [12.-14.8. SM 14-15, Nurmijärvi](#)
- [12.-14.8. SM 16-17, Lempäälä](#)
- [26.-28.8. SM 19-22, Vaasa](#)

Tärkeimpien kilpailujen listaukseen pääset [täältä](#).

---

## Kesätauko harjoituksista 4.-17.7 ja Toiminnanjohtaja lomalla!

Harjoitustauko harjoitusryhmien osalta pidetään viikoilla 27 ja 28 eli 4.-17.7. olemme kesälomalla.

Samaisen ajan on Toiminnanjohtaja Sanna myös lomalla. :)

Harjoitukset jatkuvat jälleen normaalisti viikolla 29, maanantaina Eläintarhan kentällä 18.7. ja Heteiniityn kentällä tiistaina 19.7.

Kausi päättyy syyskuun lopussa ja uusi kausi alkaa 4.10!

Aurinkoista kesää kaikille!

# Tule mukaan toimitsijaksi!

Kesäkausi käy vilkkaana ja seurallamme on useita toimitsijoita tarvitsevia kilpailutapahtumia järjestettävänä.

Kuun lopussa sunnuntaina kisaillaan Vuosaassa Heteniityn kentällä Vuosaari Games klo 12-16, johon tarvitaan jälleen useita toimitsijoita eri lajeihin.

## Tehtävinä:

- kilpailukanslia kentällä
- juoksut
- pituus, 3-loikka
- korkeus
- kuula ja kiekko
- kahvilamyynti

**Kaikki apu on tarpeen ja mikäli pääset paikalle, ole pikaisesti yhteydessä Sannaan!**

•sanna.saarman@viipurieurheilijat.fi

•050-5508553

Urheilullisin terveisin,

Viipurin Urheilijat

## Ilmoittaudu mukaan kesäkauden harjoituksiin ajalle: heinä-syyskuu!

Viipurin Urheilijoiden harjoituksiin voi ilmoittautua mukaan koska tahansa kesken kauden.

Mikäli haluat tulla mukaan lasten tai aikuisten ryhmiin kesäkaudelle kun harjoitustoiminta siirtyy ulos, voit ilmoittautua siihen alla olevasta painikkeesta.

**Hinnat muokkaantuvat jäljellä olevan kuukausimäärän mukaan, eli ilmoittautuessasi nyt mukaan seuran toimintaan maksat ajasta huhtii-syyskuun loppu.**

**Mikäli olet jo ilmoittautunut kaudelle aiemmin, sinun ei tarvitse ilmoittautua ulkokauden harjoituksiin uudellen!**

Tervetuloa!

Ilmoittautuminen kesäkauden  
ryhmiin



## Ilmoittaudu mukaan heinä-elokuun kesäleirille!

**Kesän toinen leiri pidetään MA 25.7. - PE 5.8.2022.**

Harjoittelumahdollisuus on 3:llä eri kentällä: Vuosaari, Latokartano ja Laajasalo.

Koulu on tarkoitettu 5-15-vuotiaille lapsille urheilu- ja liikuntataustasta riippumatta. Voit siis osallistua ilman aiempaa liikuntaharrastusta, toisen urheilulajin harrastajana, tai jo yleisurheilua harrastavana urheilijana. Koulu sopii kaikille liikunnasta kiinnostuneille lapsille, sekä tarjoaa monipuolisia liikunnallisia haasteita ja virikkeitä kesään.

Koulussa urheillaan kahden viikon ajan maanantaista perjantaihin ja tutustutaan monipuolisesti yleisurheilulajeihin ikäluokalle sopivalla tavalla. Koulu huipentuu viimeisten päivien hauskoihin miniolympialaisiin, joissa päästään leikkimielisesti kokeilemaan opittuja taitoja. Koulun osallistuvat lapset voivat tulla tutustumaan myös ympäri vuoden toiminnassa oleviin yleisurheilukouluryhmiimme, jotka harjoittelevat kesällä tiistaisin ja torstaisin Vuosaaren kentällä klo 18.00-19.30.

### Leirin harjoitusajat kentillä:

Klo 10.00-14.00, lounastauko klo 11.30-12.00

**Pääset Suomisportissa valitsemaan 1 tai 2 leiriviikkoa sekä mieleisesi leiripaikan.**

### Harjoituspaikat:

1. Vuosaaren ryhmät: Heteniityn urheilukenttä, Heteniityntie 2
2. Latokartanon ryhmät: Latokartanon liikuntapuisto, Agronominkatu 26
3. Laajasalon ryhmät: Laajasalon liikuntapuisto, Sarvaistonkaari 23

### Hinta sisältää:

- Laadukkaan yleisurheiluohjauksen / -valmennuksen
- VU-tuote
- Kevyen välipalan (suosittelemme lisäksi pientä omaa evästä mukaan)
- Seuran jäsenmaksun, lisenssin ja vakuutuksen
- Ilmainen osallistuminen kesäkuu-syyskuu aikana järjestettäviin Viipurin Urheilijoiden seurakisoihin
- Taatusti kivaa ja reipasta toimintaa!

Tervetuloa kesän parhaalle yleisurheiluleirille!

[Lue lisää ja ilmoittaudu](#)



## Pääkaupunkijuoksu jälleen 25.9!

Vuonna 2022 Pääkaupunkijuoksu juostaan jälleen syyskuun viimeisenä sunnuntaina, eli 25.9. Ilmoittautuminen tapahtumaan on auki. Hyödynnä edulliset hinnat ja ilmoittaudu heti!

Matkoina Pääkaupunkijuoksussa on tutut puolimaraton ja 7 km kävely sekä 5 km juoksu. Tapahtuma järjestetään upeimmassa osalla keskuspuistoa ja se tarjoaa osallistujilleen ainutlaatuisia elämyksiä puhtaassa suomalaisessa luonnossa metsäisillä reiteillä. **Uutuuksia tälle vuodelle onkin PK 5km "Pääkaupunkijuoksun vartti muuttuu 5 kilometrin matkaksi, joka kulkee joustavilla hiekkapintaisilla juoksureiteillä.!"**



Tapahtuma järjestetään vuonna 2022 jo 48. kerran ja niille liikunnan ystäville, jotka eivät pidä ajanottoa kuntoilussa tärkeänä, järjestämme 35. kerran vapaamuotoisen liikuntatapahtuman, Kunnan kävelyn. Matkan voi taittaa joko sauvoilla tai ilman.

Kaikki reitit kulkevat kauniin Keskuspuiston halki jalkaystävällisessä maastossa.

**Toivotamme kaikki lämpimästi tervetulleiksi syysjuoksuun Pirkkolaan sunnuntaina 25.9.2022!**

[Ilmoittaudu tapahtumaan](#)



# PÄÄKAUPUNKIJUOKSU

PUOLIMARATON 21,1 KM • KUNNON KÄVELY 7 KM • 5 KM

## Tilaa uudet seuravaatteet kesän tärkeimpiin kisoihin!

Craftin uudet seuravaatteet on tilattavissa nyt Intersportin verkkokaupassa.

Seuramallistosta löydät kokoja niin aikuisille kuin lapsille.

**HUOM!** Tilaa tuotteesi ajoissa ennen kesän kilpailuja! Siirtoaikaa vanhasta seuravaatemerkistä on vuoden 2022 loppuun, mutta on hyvä tehdä tilaus ajoissa. Voit käyttää vanhoja Nonamen tuotteita esimerkiksi harjoituksissa. :)

**Voit tilata tuotteet postipaketina, suoraan kotiisi tai noutaa ne Intersport Suomenojalta osoitteesta:**

Intersport Espoo Suomenoja, Isonniitynkuja 2, 02270 Espoo

[09-887 4150](tel:09-8874150)  
[suomenoja@intersport.fi](mailto:suomenoja@intersport.fi)

Seurakauppa  
09- 887 415 80  
[seuratilaus.suomenoja@intersport.fi](mailto:seuratilaus.suomenoja@intersport.fi)

Seurakaupan yhteyshenkilö:  
Juha Remes  
050 350 1602  
[juha.remes@intersport.fi](mailto:juha.remes@intersport.fi)

**Klikkaa alla olevasta painikkeesta ja tilaa itsellesi uudet Craft-seuravaatteet!**

Craft seuramallisto



## Tue VU:ta ja lasten nuorten liikuntaa!

**INTERSPORT®**

Ole mukana tukemassa yleisurheilua ja autan näin seuraa tärkeässä työssä lasten ja nuorten liikunnan eteen.

Viiipurin Urheilijat järjestää yleisurheilun harrastus- ja kilpaurheilutoimintaa pääosin Itä-Helsingin alueella. Vuosittain toiminnassamme on mukana useita satoja lapsia, nuoria ja aikuisia. Olemme pitäneet toiminnan pyörimässä koko korona-ajan, koska on tärkeää, että lapset saavat ohjattua, turvallista ja monipuolista liikuntaa.

Pitkittynyt pandemia on kuitenkin kurittanut kovalla kädellä myös urheiluseurojen toimintaa eivätkä kaikki lapset ole löytäneet takaisin urheiluharrastuksiinsa. Koronatilanteen helpottuessa lapset ja nuoret tarvitsevat nyt entistä enemmän monipuolisia harrastusmahdollisuuksia ja se on mahdollista vain vahvalla taloudellisella panostuksella.

Tähän tarvitsemme teidän tukeanne, sillä seuramme kassa on syöty näiden kahden edelleen koronavuoden aikana.

Voit valita tukisummaksi 2000e, 5000e tai 10000e ja saat mm. nimikkoryhmän urheilukouluryhmistämme sekä logon nettisivuille sekä paljon muuta riippuen tukisumman suuruudesta.

**Ennenkaikkea tuet seuraa tärkeässä työssä!**

Mukana ovat mm. Intersport Suomenoja, [EcoIT](#) sekä [GemProperty](#).

Kaikkiin kysymyksiin vastaa:

Toiminnanjohtaja Sanna Saarman-Kemppi, [sanna.saarman@viipurinurheilijat.fi](mailto:sanna.saarman@viipurinurheilijat.fi), 050 550 8553.



**GEM**



Viipurin Urheilijat Ry  
Jauhokuja 3  
00920 Helsinki

[Kotisivut](#)

Osoitelähde: Asiakasrekisteri, uutiskirjeen tilaajat.  
Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.