



Tulevat kilpailut ja tapahtumat

- Seurakisat 21.1.

HALLIKAUDEN KISAT 2023

LA 14.1.2023 200m hallikisat

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 12.1.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31847>

KE 18.1.2023 Luolasprintit 1/3

- Hakunilan kalliosuoja
- Ilmoittautuminen: 15.1.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31792>

LA-SU 28.-29.1.2023 Helsy-hallit 1 & Helsy- moniottelut

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 24.1.
- Hallit: <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31772>
- Ottelut: <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31773>

LA 4.2.2023 Helsy-hallit 2

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 31.1.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31774>

SU 5.2.2023 Arena kävelyt

- Esport Arena

- Ilmoittautuminen: 31.1.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31821>

SU 5.2.2023 Avoimet aitajuoksukilpailut

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 1.2.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31775>

KE 8.2.2023 Luolasprintit 3/5

- Hakunilan kalliosuoja
- Ilmoittautuminen: 5.2.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31793>

SU 12.2.2023 Helsyn junnuviestit

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 7.2.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31809>
- **HUOM! Seura ilmoittaa joukkueet kootusti!**

LA-SU 18.-19.2.2023 SM-hallit

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 12.2.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31778>
- **HUOM! Seura ilmoittaa urheilijat kootusti!**

PE-SU 24.-26.2. Nuorten SM-hallit

- Ouluhalli
- Ilmoittautuminen: 19.2.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31812>
- **HUOM! Seura ilmoittaa urheilijat kootusti!**

LA 25.2.2023 LeSi 100v.

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 20.2.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31787>

LA 25.2.2023 JIM

- Hipposhalli, Jyväskylä
- Ilmoittautuminen: 19.2.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31841>

LA-SU 4.-5.3.2023 Nuorten SM-hallimoniottelut

- Kuortanehalli
- Ilmoittautuminen: 26.2.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31824>
- **HUOM! Seura ilmoittaa urheilijat kootusti!**

KE 8.3.2023 Luolasprintit 3/3

- Hakunilan kalliosuoja
- Ilmoittautuminen: 5.3.

- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31794>

PE-SU 10.-12.3.2023 Tampere Junior Indoor Games

- Tampereen messu- ja urheilukeskus
- Ilmoittautuminen: 6.3.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31855>

LA-SU 18.-19.3.2023 Helsingin junnuhallit

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 15.3.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31810>
- Kävelyt: <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31811>

SU 2.4. OP Pohjola Junior GP

- Liikuntamyly
- Ilmoittautuminen: 30.3.
- <https://www.kilpailukalenteri.fi/?cs=16&nid=31848>

Seurakisat lauantaina 21.1.

Seurakisakiertue jatkuu vuoden vaihteen jälkeen jälleen lauantaina 21.1. Myllypuron liikuntahallilla.

Kilpailut viedään läpi harjoitusvuoron aikana ja normaaleja harjoituksia ei tällöin pidetä. Kaikki halukkaat voivat osallistua ja jokaiselle jaetaan seurakisamitali.

Sarjat ja lajit:

M17, N17: 60m aj, 3-loikka

P15, T15: 60m aj, 3-loikka

P13, T13: 60m aj, 3-loikka

P11, T11: 60m aj, korkeus

P9, T9: 40m, korkeus

P7, T7: 40m, pituus

P5, T5: 40m, pituus

Ilmoittautuminen paikan päällä harjoitusryhmittäin.

Tervetuloa!

Kauden 2023 ilmoittautuminen!

Meneillään olevalle kaudelle voi ilmoittautua mukaan koska tahansa. Hinta määräytyy jäljellä olevan kuukausimäärä mukaan eli et maksa täyttää hintaa mikäli ilmoittaudut mukaan vaikkapa tammikuussa!

Voit valita ikäryhmän ja harjoitusmäärän klikkaamalla ikäryhmää. Ilmoittautumaan pääset Suomisportin kautta ja valitsemaan haluamasi harjoituskerrat per viikko. **HUOM!** Harjoitusmaksuun sisältyy automaattisesti 30 euron jäsenmaksu.

Uutuuna tulevalle kaudelle tarjolla myös seiväshyppöryhmä sekä kestäsvyösuoksurryhmä.

Mikäli tarvitset apua tilisi aktivoinnin kanssa, ole yhteydessä osoitteeseen: suomisport@olympiakomitea.fi

Tervetuloa!

Ilmoittautuminen kaudelle 2022-2023



Tilaa uudet seuravaatteet Intersportista kaudelle 2023!

Uutuutena nyt kevytuntuvatakki sekä huppari!

Seuramallistosta löydät kokoja niin aikuisille kuin lapsille.

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

Intersport Espoo Suomenoja, Isonniitynkuja 2, 02270 Espoo

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

Seurakauppa
09- 887 415 80
seuratilaus.suomenoja@intersport.fi

Seurakaupan yhteyshenkilö:
Juha Remes
050 350 1602
juha.remes@intersport.fi

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

Craft seuramallisto



Aikuisten urheilukoulu

Voit ilmoittautua kesken kauden, hinta määräytyy jäljellä olevan ajan mukaisesti!

Aikuisten harrastajaryhmä

Ryhmän toiminta on tarkoitettu kaikille yleisurheilusta kiinnostuneille aikuisille ikään, sukupuoleen tai kuntotasoon katsomatta. Treenit ovat kattaus fysiikka- ja lajiharjoittelua. Yleisurheilulajeja käydään monipuolisesti läpi, ja kunnon kohoaminen on taattua! Ryhmässä on myös mahdollisuus painottaa omaa harjoittelua erityisesti pika- ja kestävyysjuoksuun.

Kaikilla ryhmään osallistuvilla on oikeus osallistua seuran omiin kilpailuihin ja alueen mestaruuskilpailuihin. Kaikilla yli 30-vuotiailla on myös mahdollisuus osallistua Suomen Aikuisurheiluliiton (SAUL) kilpailuihin. SAUL:n kisoissa on omat osallistumismaksunsa jotka eivät sisälly harrasteryhmän maksuun.

Hinnat kaudelle 2023 (kausi jatkuu 30.9.2023 asti)

1 x viikossa 358,00 euroa + 50,00 Jäsenmaksu

2 x viikossa 418,00 euroa + 50,00 Jäsenmaksu

3 x viikossa 431,00 euroa + 50,00 Jäsenmaksu

Valmentajat:

Hannes Alarotu (tiistai) ja Iiro Hietämäki (lauantai)

Kaikki aikuisten harrastajaryhmään osallistuvat maksavat harjoittelumaksun lisäksi 50 euron jäsenmaksun, joka maksetaan vain kerran harjoitusvuoden aikana. Maksulla saat myös käyttöösi seuran tarjoamat etuudet.

Aikuisten harrastajaryhmään osallistuville hankitaan kaikille SUL:n kilpailulisenssi, mutta se ei sisällä Sporttiturvan vakuutusta. Mikäli haluat vakuutuksen seuran kautta, olethan yhteydessä toimistoomme.

Harjoitusajat

ti 18.00-19.30 Liikuntamyly, Myllypuro
(pe 18.00-19.30 Liikuntamyly, Myllypuro)
la 12.30-14.00 Liikuntamyly, Myllypuro

Ulkokausi:

ti 18.00-19.30 Vuosaari, Heteniityn Urheilukenttä
to 18.00-19.30 Vuosaari, Heteniityn Urheilukenttä
(pe 18.00-19.30 Vuosaari, Heteniityn Urheilukenttä)

Lisätietoja: toimisto@viipurinurheilijat.fi

Tervetuloa kokeilemaan!

[Ilmoittaudu aikuisten urheilukouluun](#)

Tue VU:ta ja lasten nuorten liikuntaa!



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

Kutsumme nyt yritykset mukaan tukemaan tärkeää työtä lasten ja nuorten liikunnan ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Tukemalla toimintaamme, tuet tulevaisuutta!

Mitä tarjoamme?

- Nimikkoryhmän (5-, 7-, 9-, 11-, 13- tai 15-vuotiaiden ryhmä)
- Mahdollisuuden tukea tärkeää, paikallista toimintaa
- Maininnan ja logon nettisivuillemme
- Somenostot sovitun mukaisesti
- Mitä sinä haluaisit meidän tarjoavan?

Ennenkaikkea tuet seuraa tärkeässä työssä!

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

Kaikkiin kysymyksiin vastaa:

Toiminnanjohtaja Sanna Saarman-Kemppi, 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.