

# Toimintasuunnitelma 2025

**LasY**

**Lahden seudun  
Yleisurheilu ry**



**LasY:n  
toiminta-alue**

**Asikkala  
Hartola  
Heinola  
Hollola  
Ilitti  
Joutsa  
Kuhmoinen  
Kärkölä  
Lahti  
Lammi (Hämeenlinna)  
Lapinjärvi  
Lovijasa  
Myrskylä  
Orimattila  
Padasjoki  
Pertunmaa  
Sysmä**

**LasY**

**Lahden seudun Yleisurheilu ry**

## Sisällys

Vuoden 2025 näkymät .....	3
Valmennus .....	4
1. Piirileiritys.....	4
2. Yläkoululeiritys.....	4
Nuorisotoiminta suunnitelma kaudelle 2024-25 .....	5
1. Seurakilpailut .....	5
2. Piirin kilpailut .....	5
3. Tulevat Tähdet -pistekilpailu .....	5
4. Ope-koulutus .....	5
5. Nuorisotoimintakilpailu 9-13-vuotiaille.....	6
6. Hese-kisaan mahdollisimman paljon koulujoukkueita (SUL/Lasy) .....	6
7. Pyritään järjestämään ohjaaja- ja valmentajakoulutusta koulutusta.....	6
8. Yleisurheilukoulut.....	6
Kilpailulliset ja toiminnalliset tavoitteet 2025 .....	7
Kilpailutoiminta .....	8
Koulutustoiminta.....	8

## Vuoden 2025 näkymät

### Matti Hannikainen, piirin puheenjohtaja

Putosimme yhden sijan Seuraliigassa viime vuoden 3 sijan nousun jälkeen. Pisteet olivat yli 1500 kun viime vuonna ne jopa aavistuksen pienemät. Olemme siis edelleen uudella tasolla Seuraliigamittaria seuratessa. Kuitenkin yksi mittari oli alaspäin jo viime vuonna ja on edelleen eli 14/15 sarjalaisten SM-kilpailupisteet. Tämä merkki on huolestuttava koska se kuvaa **yu-kouluista kilpaurheiluun** siirtyvien määrää piirissämme.

**Piirinmestaruuskisojen** osallistujamääriä on saatava tulevina vuosina järjestelmällisesti ylöspäin. Tämä vaatii seuran perustoiminnalta laatua, mahdollisuuksia kisata sekä juniorivaiheeseen tavoitteellista toimintaa. Piirin nuorisotoimintakilpailupisteet ovat nousussa, mutta näkymään kaivataan yhteisiä panostuksia edellä kuvatuin keinoin.

**Piirin yhteiselle valmennusjärjestelmän/urheilijan polun eteen** on nyt tehtävä hartiavoimin töitä jokaisen piirin seuran toimesta. Keskustelu piirin yhteisestä sunnuntaiharjoituksesta, mikä täydentäisi muiden kuin Ahkeran urheilijoiden viikkoa on loistava – sen käynnistyminen olisi tärkeä askel Lasyn urheilijanpolulla.

Olkaa seuroissa rohkeita järjestäessänne toimintaa ja laittakaa kausimaksut kohdalleen. Kun ohjaajalle pystytään maksamaan hyvää korvausta niin se sitouttaa ja mahdollistaa jopa kauempaakin tulevan ohjaajan rekrytoimisen. Sen kautta toiminta pysyy laadukkaana ja päästään kynnyksien yli **kohti parempaa**.

### Tsemppiä vuoteen 2025

Matti Hannikainen  
Lasyn puheenjohtaja



## Valmennus

### 1. Piirileiritys

#### Piirileiritys 2024-2025 – eteläinen ja kaakkoinen alue.

HELSYn, LASYN, KYMYn, UUDYN ja NÅidn yhteinen piirileiritys toteutetaan kolmessa osassa Pajulahden urheiluopistolla seuraavasti.

- 1. leiri 8.-10.11.2024
- 2. leiri 3.-5.1.2025
- 3. leiri 11.-13.4.2025
- 4. Leiri Yleisurheilun lajikarnevaalit kesällä 2025
- -lajikarnevaaleille erillinen ilmoittautuminen suoraan karnevaalijärjestäjille

Leiri-infot: <https://www.lasy.fi/toiminta/leirit>

#### Tulosrajat

[https://www.yleisurheilu.fi/sites/default/files/atoms/files/taitomerkkirajat\\_2014\\_-.pdf](https://www.yleisurheilu.fi/sites/default/files/atoms/files/taitomerkkirajat_2014_-.pdf)

#### Hakemista koskevat tiedustelut

Jaakko Erkinheimo, jaakko.erkinheimo@pajulahti.com, p. 044 3586925

### 2. Yläkoululeiritys

Yleisurheilun yläkoululeiritys on tarkoitettu 7.-9. -luokkalaisille tavoitteellisesti urheiluun suuntautuneille nuorille. Leirien tavoitteena on kehittää nuorten harjoittelu- ja elämäntaitoja monipuolisesti sekä yhdistää urheilu ja koulunkäynti joustavasti toisiaan tukevaksi kokonaisuudeksi. Leiritys on valtakunnallinen, siihen voi hakea eri puolilta Suomea.

Lajiharjoittelussa toteutetaan Suomen Urheiluliiton linjauksia yläkouluikäisille ja valmennusta tarjotaan **kaikissa yleisurheilulajeissa**. Ominaisuusharjoittelussa ja elämäntaitojen opetuksessa noudatetaan Suomen Olympiakomitean Urheiluakatemiaohjelman ohjeistuksia.

Valmennuskeskusympäristössä on erinomaiset olosuhteet päivittäiselle harjoittelulle, hyvät valmennuksen tukipalvelut sekä monipuolista tukea opintojen suunnitteluun ja toteutukseen.

#### Hakeminen ja infot

<https://pajulahti.com/valmennuskeskus/ylakoululeiritys/yleisurheilu/>

#### Tiedustelut

Matti Hannikainen, matti.hannikainen@lahdenahkera.fi, p. 044 257 4545

## Nuorisotoiminta suunnitelma kaudelle 2024-25

### 1. Seurakilpailut

Seurakisat ovat kaikille lapsille avoin, paikallinen kilpailumuoto. Seurakilpailujen aikataulu kannattaa lyödä lukkoon keväällä hyvissä ajoin, jotta kilpailuja voi mainostaa alueen kouluille keväällä. Seurakisat ovat myös hyvä tilaisuus mainostaa yleisurheilukouluja ja seuran muuta toimintaa.

Osoitteessa <https://www.yleisurheilu.fi/seurakisat/> on valmiita materiaaleja kisan toteutukseen.

”Keskustele piirin muiden seurojen kanssa hyvistä malleista toteuttaa seurakisoja ja harrastajia – mm. Orimattilalla ja Iitillä pitkät perinteet”

### 2. Piirin kilpailut

Piirin kilpailuja järjestetään Suomen Urheiluliiton ohjeiden mukaisesti. Hae kilpailut ajoissa, tiedota myös muita piirin seuroja hyvistä kisoistanne ja kutsu kaikki mukaan. Seurakilpailujen lisäksi olisi tärkeä, että kaikki järjestävät myös muutamia lisenssin vaativia kilpailuja jotta voimme todentaa harrastajamme myös lisenssien avulla sekä Tulevat Tähdet kisasta ilo irti.

Pyritään saamaan mukaan uusia toimitsijoita, jotta varmistetaan hyvät kisajärjestelyt myös jatkossa. Kannustetaan lapsia ja nuoria lähtemään kilpailuihin myös muille paikkakunnille ja mainostetaan kaikkien piirin seurojen kilpailuja.

### 3. Tulevat Tähdet -pistekilpailu

Yleisurheilua harrastaville lapsille on nyt tarjolla uusi kilpailumuoto. Tulevat Tähdet on monipuolisuuskilpailu, joka kannustaa kilpaurheilusta kiinnostuneita lapsia kilpailemaan mahdollisimman monessa eri yleisurheilulajissa.

Tulevat Tähdet -kilpailun pisteitä voi kerätä vain piirikunnallisissa tai sitä arvokkaammissa kilpailukalenteri.fi:ssä julkaistuissa kilpailuissa. Jotta seurasi kaikki lisenssin lunastaneet urheilijat voivat saada helposti pisteitä, kannattaa seurojen järjestää kotikentällään sellaisia kilpailuja monipuolisella lajivalikoimalla.

Tutustu: [www.tilastopaja.fi](http://www.tilastopaja.fi) > Ilmaiset > Tulevat Tähdet -monipuolisuuskilpailu

### 4. Ope-koulutus

Ope-koulutusta jatketaan. Se on erinomainen konsti viedä yleisurheilua eteenpäin ja saada lajiin lisää harrastajia. Ope-koulutukseen voi yhdistää yleisurheilun kokeilupäivän, jolloin saadaan kaksi kärpystä yhdellä iskulla ja opettajat näkevät miten toiminta käytännössä pyörii sen lisäksi, että itse pääsevät kokeilemaan.

<https://www.yleisurheilu.fi/seurat/koulutus/>

## 5. Nuorisotoimintakilpailu 9-13-vuotiaille

Nuorisotoimintakilpailusta tiedottamista seuroille. Helppo tapa seurata seuran kehittymistä! Voit lukea aiheesta myös Lasyn toimintakertomuksesta. Tämä kisamuoto saattaa muuttua kauden 2025 aikana, mutta se toimii edelleen hyvänä mittarina toiminnalle.

<https://www.yleisurheilu.fi/seurat/seurojen-pistekilpailut/>

## 6. Hese-kisaan mahdollisimman paljon koulujoukkueita (SUL/Lasy)

5–6 luokkalaisten Hese-kisat järjestetään keväisin **Pajulahtihallissa** piirikisassa sekä **etänä**. Vuonna 2025 Lasyn Hese-kisa järjestetään Pajulahtihallissa 16.4.2025. Finaali järjestetään 20.5.2025 Tampereella. Seurojen kannalta Hese-kisat on hyvä tilaisuus kartoittaa mahdollisesti yleisurheilusta kiinnostuneita lapsia.

<https://www.yleisurheilu.fi/koululaiskilpailu/hese-kisa-info/>

## 7. Pyritään järjestämään ohjaaja- ja valmentajakoulutusta koulutusta

Uusien ohjaajien kouluttaminen mahdollistaa toiminnan jatkuvuuden. Myös pidempään mukana olleet ohjaajat ja valmentajat hyötyvät koulutuksesta sekä kokemusten vaihdosta. Seurojen kannattaa maksaa ohjaajien koulutus, jotta kynnys osallistua on mahdollisimman pieni.

<https://www.yleisurheilu.fi/seurat/koulutus/>

## 8. Yleisurheilukoulut

**Kilpailujen ohella toiminnan kulmakiviä!** Yleisurheilukoulun ei tarvitse kesällä olla koko kesän mittainen, mutta suunnittele mukava kokonaisuus, johon kuuluu harkkakisoja, seurakisoja ja/tai virallisia kilpailuja. Näin urheilija saa kokemuksia omien tuloksien tekemisestä ja tavoitteita harjoituksiin, kun toiminta linkittyy kisoihinkin.

**Kokeile** kymmenen kerran juoksukoulua, viiden kerran seiväskoulua, hallikauden aitaryhmää, pituushyppykoulua, viikoittaista yleisurheilukoulua, joukkuelajin pojille suunnattua juoksu- ja testikurssia. Järjestäkää toimintaa, jolle on kysyntää ja kiinnittäkää hyvät ohjaajat palkan, koulutuksen ja huomionosoitusten avulla osaksi kokonaisuutta.

## Kilpailulliset ja toiminnalliset tavoitteet 2025

Tavoitelaji	tavoite
Piiriottelu	voitto
SM-kisat 14/15 v.	30 hlö
Kunniakierros	10 000 €
Kalevan Malja -pisteet	380 p
Seuraluokittelupisteet, piirin sijoitus	9.
Yleisurheiluohjaajatutkinto (taso 1)	8 hlö
Nuorisovalmentajatutkinto (taso 2)	2 hlö
Valmentajatutkinto (taso 3)	1 hlö
YU-lisenssien määrä	1 150
Pm-kisoihin osallistuneet Lasyn urheilijat (huipentuma)	180
Am-kisoihin <b>14/15</b> osallistuneet Lasyn urheilijat (yksilökisa)	35
Am-kisoihin <b>16/17</b> osallistuneet Lasyn urheilijat (yksilökisa)	30
Am-kisoihin <b>aikuiset</b> osallistuneet Lasyn urheilijat (yksilökisa)	30

## Kilpailutoiminta

Nyt on tärkeää jokaisessa LASYn seurassa panostaa Tulevat Tähdet-kilpailuun ja piirinmestaruuskilpailuihin. Pm-viestit tullaan järjestämään yhteisesti KYMYn kanssa. Vuonna 2025 järjestäjä on Kymenlaakso ja 2026 järjestäjä on Lasyn alue. Näin saadaan paremmat ja mielenkiintoisemmat kilpailut.

Aluemestaruuskilpailut jatkuvat edellisvuosien tapaan, mutta LASYn seurojen odotamme lisäävän kiinnostusta näitä kovatasoisia kilpailuita kohtaan. Aluemestaruuskilpailut toimivat myös hyvänä SM-kisaan valmentavana kilpailuna.

Vuoden arvokilpailuja tulevat olemaan Lahden stadionilla järjestettävät SM-viestit 6.-7.9., SAULn mestaruuskisat 8.- 10.8. ja Yleisurheilun Motonet GP -kisat 11.6.

Kestävyysjuoksukarnevaalit järjestetään Lahdessa.

Piiriottelun (EKY, KYMY, LASY) järjestämisvuoro on Etelä-Karjalalla, siellä LASY:llä on voitto puolustettavanaan.

Piirin myöntämien kilpailujen hakuaika on helmikuu 2025.

Matalan kynnyksen kilpailujen, kuten esimerkiksi seurakisojen järjestäminen, on joka seurassa tavoiteltavaa.

**SM-, kv-, kansallisten- ja aluekilpailujen hakeminen ja käsittely tapahtuu eteläisen alueen kilpailuvastaavan Esko Kuhan kautta. Ei siis enää Hannu Nurmisen hoitamana.**

## Koulutustoiminta

Tulevalla kaudella tarvitsemme lisää aktiivisia toimijoita tuomarikoulutuksiin.

Toimitsijat ovat elin tärkeä osa kilpailujen läpiviennissä, ja sen takia on todella, tärkeää että saisimme aktiivisia toimijoita lisää. Yleiset toimitsijakoulutukset pitäisi saada lähemmäksi seuroja, jolloin niiden järjestäminen olisi helppoa. Enemmän teknisiä ominaisuuksia sisältävien koulutusten järjestäminen on järkevää tehdä keskitetysti. Edellä mainittuja koulutuksia ovat esim. lähetys- ja maalikamerakoulutukset sekä tulospalvelu- ja kuuluttajakoulutukset. Erityisesti näihin tehtäviin tarvitaan kipeästi lisää tekijöitä.

Koulutuksia tullaan järjestämään tulevalla kaudella tarpeen mukaan. Lasyn alueen seuroilta pyrimme saamaan mahdollisimman paljon uusia henkilöitä koulutuksiin, jotta saamme jatkossakin hoidettua kaikki alueen kilpailut yhtä tasokkaasti kuin tähänkin asti olemme tehneet.



## Kouluttajat 2025

### PÄÄTUOMARIKOULUTTAJA

Tapio Ojala  
p. 040 582 0769  
tapio.ojala@lahtienergia.fi

### LÄHETTÄJÄKOULUTTAJA

Aimo Hono  
p. 050-353 7250  
aimo.hono@kymp.net

### KÄVELYTUOMARIKOULUTTAJA

Kari Lahtinen  
p. 040 049 7743  
kari.lahtinen@ppm.inet.fi

### KUULUTTAJAKOULUTTAJA

Jari Unelius  
p. 045 278 4446  
unska@outlook.com

### MAALIKAMERAKOULUTTAJA

Antti Salopuro  
p. 040 709 9909  
salopuro.antti@gmail.com

### TULOSPALVELUKOULUTTAJA

Pertti Vainio  
p. 040 662 3362  
[pertvainio88@outlook.com](mailto:pertvainio88@outlook.com)

### HEITTOVÄLINEIDEN MITTAUSKOULUTTAJA

Juhani Laaksonen  
p. 040 091 5097  
v.juhani.laaksonen@gmail.com

### YLEISURHEILUOHJAAJA- JA VALMENTAJAKURSSIT

tiedustelut  
Aapo Rantila  
aapo.rantila@sul.fi  
p. 045 634 1090

### OPEKOULUTUS

tiedustelut, neuvot  
Matti Hannikainen  
[matti.hannikainen@lahdenahkera.fi](mailto:matti.hannikainen@lahdenahkera.fi)

Lahden seudun Yleisurheilu ry	Talousarvio
<b>VAR SINAINEN TOIMINTA</b>	<b>Budjetti 11/2024-10/2025</b>
Koulutus	3 000,00
Koulutus/kulut	-2 500,00
Koulutus	500,00
<b>VALMENNUS</b>	
Tuotot	18 000,00
kulut	-16 500,00
Valmennus	1 500,00
<b>KILPAILUTOIMINTA</b>	
Tuotot	6 500,00
kulut	-6 000,00
<b>KILPAILUTOIMINTA</b>	<b>500,00</b>
Nuorisotoiminta	
tuotot	
kulut	
<b>NUORISOTOIMINTA</b>	
<b>TIEDOTUSTOIMINTA</b>	
<b>HALLINTO</b>	
tuotot	
kulut	-3 500,00
<b>HALLINTO</b>	<b>-3 500,00</b>
<b>VAR SINAINEN TOIMINTA</b>	<b>-1 000,00</b>
<b>VARAINHANKINTA</b>	
tuotot	900,00
kulut	0,00
<b>VARAINHANKINTA</b>	<b>900,00</b>
Avustukset	1 500,00
Tilikauden yli-/alijäämä	1 400,00

