

# Keski-Suomen YU-muistio 2019



KESKI-SUOMEN YLEISURHEILU RY.  
[www.kesy.fi](http://www.kesy.fi)



# Keski-Suomen Yleisurheilumuistio 2019

 **KESKIMAA**



# KIRJAPAINO ÄSSÄ

**Paremmän  
palvelun  
painotalo  
Vaajakoskella**

**Kirjapaino Ässä Oy**

Konttisentie 8, 40800 Vaajakoski

Puh. 010 3200 760

[www.kirjapainoassa.fi](http://www.kirjapainoassa.fi)

## SISÄLLYSLUETTELO

Keski-Suomen Yleisurheilun hallitus .....	6
Tiimit .....	7
Suomen Urheiluliitto ry .....	9
Keski-Suomen yleisurheiluseurat ja yhdyshenkilöt .....	10
Alue- ja piirinmestaruuskilpailuiden ohjeet .....	15
Kilpailumaksut .....	18
Ylituomarit 2019 .....	19
Arvokilpailukalenteri 2019 .....	20
SM-kilpailut 2019 .....	22
Keski-Suomen piirin kilpailut .....	24
Piirin nuorisokisat 9-15 -vuotiaille .....	39
Taitomerkkirajat .....	42
Nuorisotoimintakilpailu .....	45
Seuracup .....	46
Silja Line Seurakisat .....	48
Hese-kisa .....	49
Yleisurheilun lajikarnevaalit .....	50
Yleisurheilulisenssi .....	52
Kunniakierros .....	53
Kilpailu Kalevan maljasta .....	55
Keski-Suomen Yleisurheilu ry .....	62
Seuraliiga 2019 .....	62
KeSy:n kannusteet 2019 .....	63
Suomen Urheiluliiton (SUL) edustussäännöt .....	64
Piiriennätykset .....	70
Viralliset heittovälineet .....	99
Aitajuoksut ulkoradoilla .....	100
Aitajuoksut sisäradoilla .....	101

## Keski-Suomen Yleisurheilun hallitus

Kari Kaski, puheenjohtaja  
041 504 8068, kaskikari@hotmail.com

Esa Kaihlajärvi,  
varapuheenjohtaja, tuomari- ja kilpailutiimin puheenjohtaja  
044 5703875, esakaihla@gmail.com

Pasi Valoranta, sihteeri, talouspäällikkö / controller  
0505538503, pasi.valoranta@gmail.com

Kari Kallio, nuorisopäällikkö / seuracup vastaava  
0400-260663, Kapo\_2F4U@hotmail.com

Kimmo Kinnunen, nuoriso- ja valmennustiimi  
050 5988992, kinnunenkimmo68@gmail.com

Sisko Minkkinen, viestintätiimi  
040 7210516, minkkinensisko@gmail.com

Terhi Järvinen, tuomari- ja kilpailutiimi  
050 5474293, terhitjarvinen@gmail.com

Jarkko Toivola  
044 2927964, jarkko.toivola@jippii.fi

Raimo Kinnunen  
040 5618263, rami.kinnunen@elisanet.fi

### Johtoryhmä 2019

Kari Kaski  
Esa Kaihlajärvi  
Jarkko Toivola  
Raimo Kinnunen

## Tiimit

### TUOMARI- JA KILPAILUTIIMI

Esa Kaihlajärvi, puheenjohtaja (kts. Hallitus)

### Piirin tuomarikouluttajat I-III

Kari Rautava Koulutusvastaava, puh. 040 5303777  
Esa Kaihlajärvi Yu tasot I-III, puh. 044 5703875  
Pentti Vesterinen Yu tasot I-III, puh. 0400 676523  
Jarmo KinnunenKävely, puh. 040 8455043  
Esko Poikolainen Kävely, puh. 040 5013056  
Raimo Lipponen Kuulutus, puh. 040 7628812  
Pasi Kalmari Kuulutus, puh. 040 5764199  
Aki Viitanen Lähetys, puh. 050 5969568  
Markku Suomalainen, puh. 040 5066921

Esa kaihlajärvi, puheenjohtaja, Kesyn ennätykset, SUL kilp.valiokunta  
044 570 3875, esakaihla(at)gmail.com

Jukka Väärämäki, kilpailutiedot, korjausilmoitukset, sihteeri  
040 729 3952, jukka.vaaramaki(at)jamsa.fi

Rauno Kotkajuuri, seuraluokittelu  
040 506 6435, rauno.kotkajuuri(at)pp.inet.fi

Susanne Forsberg, jäsen  
040 174 5618, susanne.forsberg(at)keuda.fi

### VALMENNUS- JA NUORISOTIIMI

Ella Salmela 040-5419309, inspirella@gmail.com, pj.  
Jarkko Toivola (kts. Hallitus)  
Kimmo Kinnunen, 050 5988992, kinnunenkimmo68@gmail.com  
Kari Kallio, 0400-260663, Kapo\_2F4U@hotmail.com , nuorisopäällikkö  
Jarkko Finni, 040-5362680, jarkko.finni@jku.fi, piirin yht. valmennustoiminta  
Jesse Jokinen, 040-5169450, jesse\_jokinen@msn.fi , ohjaajakoulutukset  
Terhi Hiltunen, 040 179 3989, terhi.hiltunen@pullistus.inet.fi, jäsen  
Leiripäällikkö, JP Hänninen, kesy.leiritys@gmail.com

## **KUNNIAKIERROSPÄÄLLIKÖ**

SUL kunnia kierrospäällikkö, Jaakko Kivelä, 044 787 8788  
jaakko.kivela@sul.fi

## **NETTISIVUT**

Matti Aaltonen Puh. 041-5444972, aaltonenmatti@hotmail.com

## **TOIMISTO- JA KIRJANPITOPALVELUT**

Keski-Suomen Liikunta  
Onkapannu 2, 40700 Jyväskylä  
puh. 050 381 3820 tai 050 3484 690

Toimisto avoinna: ma-pe klo 8.30-15.00

Keski-Suomen Yleisurheilu ry:n pankkitili:  
FI42 5290 0220 3037 86

## **TILINTARKASTUS**

Keski-Suomen tilikeskus Oy  
Reijo Korpela

## **Suomen Urheiluliitto ry**

Valimotie 10,  
00380 Helsinki (5. kerros)  
Toimisto aika: arkinen kello 8.00-15.30  
Puhelin 050 3299439

www.yleisurheilu.fi  
etunimi.sukunimi@sul.fi

Puheenjohtaja Sami Itani  
sami.itani@sul.fi, 040 634 1421  
Varapuheenjohtaja Kimmo Oila  
kimmo.oila@juridia.com, 050 565 8968  
Varapuheenjohtaja Maarit Ovaska  
maarit.ovaska@kolumbus.fi, 050 570 4310

## **HALLINTO**

Toimitusjohtaja Harri Aalto p. 040 823 4200  
Toimistopäällikkö Pirjo Puskala p. 040 530 5566

## **HUIPPU-URHEILU**

Valmennusjohtaja Kari Niemi-Nikkola 0400 603263

## **SEURAPALVELUT**

Sihteeri Nelly Loikkanen p. 040 5960147  
Nuorisopäällikkö Piia Jantti p. 050 470 2622  
Koulutus päällikkö Tapio Rajala p. 0400 442 493  
Kunnia kierrospäällikkö Jaakko Kivelä p. 044 787 8788  
Aluepäällikkö, läntinen alue Tapio Rajamäki p. 040 740 8300

## Keski-Suomen yleisurheiluseurat ja yhdyshenkilöt

pj. = puheenjohtaja  
np. = nuorisopäällikkö

vp. = valmennuspäällikkö  
kk. = kunniaierospäällikkö

### ALVAJÄRVEN RYHTI

Raimo Pärnänen, 040-5203334, parnanen@saunalahti.fi

### HANKASALMEN HANKA

www.hankasalmenhanka.fi

Pj. Heli Ikonen, heli.ikonen@hankasalmi.fi, 041 5056329

Tuula Moisio, tuula.moisio@fimnet.fi, p. 0400 185969

Sirkku Ylönen, 040 5354295, sirkku.ylonen@jippii.fi

### JYVÄSKYLÄN KENTTÄURHEILIJAT

www.jku.fi, toimisto@jku.fi, 014-218031

pj. Pasi Valoranta, 0505538503, pasi.valoranta@gmail.com

tj. Markku Koistinen, 040-7069195, markku.koistinen@jku.fi

vp. Jarkko Finni, 040-5362680, jarkko.finni@jku.fi

### JÄMSÄNKOSKEN ILVES

www.jamsankoskenilves.fi, yleisurheilu@jamsankoskenilves.fi

pj: Antti Hirvelä, 040 528 4238, antti.hirvela@gmail.com

Taloudenhoitaja: Markku Suomalainen, 040 5066921,

markku.suomalainen@pp7.inet.fi

### KAIPOLAN VIRE

Miia Keskinen, puheenjohtaja, kilpailu- ja koulutusvastaava

miia.kaipolanvire@gmail.com 0400 899 259

Jussi Sinisalo, varapuheenjohtaja, junnpäällikkö

jussi.sinisalo78@gmail.com 050 542 9118

Tuulia Piirainen, sihteeri, Hippoharkkavastaava

tuuliapiirainen@gmail.com 040 533 9864

Katja Ratia, nuorisopäällikkö, zratia@gmail.com, 040 755 2324

Tiina Moisio, nuorisopäällikkö tiina.moisio@jamsa.fi 045 134 3837

Erja Sanaslahti, valmennuspäällikkö, tiedotus- ja nettivastaava

erja.sanaslahti@hotmail.com 040 564 2604

Tiina Virkajärvi, olosuhde- ja seura-asu-vastaava

tiina.virkajarvi@gmail.com 040 520 1146

Ritva Ahola, kioskivastaava, "tilastonikkari",

ritva.ahola77@luukku.com, 046 622 8735

Tiina Moisio, jäsen, tiina.moisio@jamsa.fi, 045 134 3837

### KANNONKOSKEN KIIHO

www.kannonkoskenkiho.fi

Jouko Ruuska, 0400-547427, jouko.ruuska@kannonkoski.org

### KARSTULAN KIVA

http://www.karstulankiva.fi

pj. Markus Muhonen 0400 190029 markus.muhonen@aloha.fi

yleisurheilujaosto

pj Maarit Muhonen 040 581 9715 maarit.maaritmuhoenen@gmail.com

### KEURUUN KISAILIJAT

www.keuruunkisailijat.fi

Pj. Terhi Järvinen, 0505474293, terhitjarvinen@gmail.com

Sihteeri Sanna Eloranta, 0400-928896, eloranta.sanna@gmail.com

Rahastonhoitaja: Sanna Eloranta

Katri Paananen, 0405758097, kengurunloikka@hotmail.com

### KINNULAN KIMMOT

### KIVIJÄRVEN KIVEKKÄÄT

Hannu Ahonen, 044-4597872, hannu.ahonen@kivijarvi.fi

vp. Aimo Kolehmainen, 040-7464862

np. Leena Valkeinen, 040-7595342



## **KOIVISTON KIPINÄ**

<http://personal.inet.fi/yhdistys/koivistonkipina/>, [koiviston.kipina@netti.fi](mailto:koiviston.kipina@netti.fi)  
pj. Eero Oksanen, puh. 040 5541356  
np. Marko Mustonen, puh. 040 5083770  
[marko.mustonen@metsakeskus.fi](mailto:marko.mustonen@metsakeskus.fi)

## **KONNEVEDEN URHEILIJAT**

[www.konnu.sporttisaitti.com](http://www.konnu.sporttisaitti.com)  
Pj. Mikko Pasanen, [mikko.j.pasanen@gmail.com](mailto:mikko.j.pasanen@gmail.com), 0400853907  
Np. Mari Pynnönen, [mari.j.pynnonen@gmail.com](mailto:mari.j.pynnonen@gmail.com)

## **KYYJÄRVEN KYKY**

Heikki Hänninen, 044-5056731, [heikki.hanninen@kotinet.com](mailto:heikki.hanninen@kotinet.com)

## **LAUKAAN URHEILIJAT**

[www.laukaanurheilijat.com](http://www.laukaanurheilijat.com)  
Pj. Raimo Kinnunen 040 5618263, [rami.kinnunen@elisanet.fi](mailto:rami.kinnunen@elisanet.fi)

## **LEIVONMÄEN PYY**

Petteri Ristikangas, 044-5875076, [petteri.ristikangas@confidentum.com](mailto:petteri.ristikangas@confidentum.com)  
Np. Tapio Ahonen, 0400-169562, [tapio.ahonen@upm-kymmene.com](mailto:tapio.ahonen@upm-kymmene.com)

## **MULTIAN JYSKE**

[www.multianjyske.fi](http://www.multianjyske.fi)  
Pj. Ilpo Nieminen, 0400-339427  
vp.+np.+kk. Jouko Laine, 040-3016231, [jouko\\_laine@hotmail.fi](mailto:jouko_laine@hotmail.fi)  
Rahastonhoitaja: Suoma Uitamö, 040 7533029,  
[suoma@uitamontupa.com](mailto:suoma@uitamontupa.com)

## **MUURAMEN YRITYS**

[www.muuramenyritys.net](http://www.muuramenyritys.net)  
Martti Muhonen, 040-7664179, [martti.muhonen@gmail.com](mailto:martti.muhonen@gmail.com)

## **MUURASJÄRVEN MURTO**

Jukka Turpeinen, 050-5481387  
Mervi Toivonen, 050 3699568  
kk.Saija Haukkasalo, 040 8272620

## **PETÄJÄVEDEN PETÄJÄISET**

[www.petpet.fi](http://www.petpet.fi)  
Pj. Esa Viitala, 050 325 3113, [esa.viitala@gmail.com](mailto:esa.viitala@gmail.com)

Vp. Mikko Stenström, 044 965 2485, [mikko-petteri.stenstrom@luukku.fi](mailto:mikko-petteri.stenstrom@luukku.fi)  
Np. Toni Simonaho, [toni.simonaho@gmail.com](mailto:toni.simonaho@gmail.com)

## **PIHTIPUTAAN TUISKU**

Yu-jaoston pj. Marika Laitinen, [marika.laitinen@pihtipudas.fi](mailto:marika.laitinen@pihtipudas.fi)  
varapuheenjohtaja Miia Tavaststjerna, [minttu\\_katriina@hotmail.com](mailto:minttu_katriina@hotmail.com)  
nuorisopäällikkö Tarja Marin, [K9450@student.jamk.fi](mailto:K9450@student.jamk.fi)  
sihteeri Tanja Tavaststjerna, [tanja.tavaststjerna@pihtipudas.fi](mailto:tanja.tavaststjerna@pihtipudas.fi)  
kisapäällikkö Matti Kahilainen, [matti.kahilainen@gmail.com](mailto:matti.kahilainen@gmail.com)

## **PYLKÖNMÄEN YRITTÄVÄ**

[www.pylkonmaenyrittava.fi](http://www.pylkonmaenyrittava.fi)  
Pj Mikko Kallio, [mikko.kallio@pp1.inet.fi](mailto:mikko.kallio@pp1.inet.fi), p. 040-5723973  
Varapj. Katja Laine, [lainekatja3@gmail.com](mailto:lainekatja3@gmail.com)

## **SAARIJÄRVEN PULLISTUS**

[www.pullistus.fi](http://www.pullistus.fi)  
PaaVo Vaarala, 040-8227380, [paaVo.vaarala@gmail.com](mailto:paaVo.vaarala@gmail.com)  
Vpj. Matti Messala, 0400-901771, [matti.messala@pp.inet.fi](mailto:matti.messala@pp.inet.fi)  
Np. Terhi Hiltunen, 040 540 2086, [terhi.hiltunen@pullistus.inet.fi](mailto:terhi.hiltunen@pullistus.inet.fi)  
kk. Matti Messala

## **SUOLAHDEN URHO**

[www.suolahdenurho.net](http://www.suolahdenurho.net)  
Pj. Pertti Rahkonen, 040 583 5589, [perttirahkonen1@gmail.com](mailto:perttirahkonen1@gmail.com)  
Sihteeri Kristina Lamminniemi, [kristina.lamminniemi@gmail.com](mailto:kristina.lamminniemi@gmail.com)  
Nuorisovalmentajat:  
Tarmo Kinnunen, [tame.kinnunen@suomi24.fi](mailto:tame.kinnunen@suomi24.fi)  
Siiri Möller, [siiri.moller@icloud.com](mailto:siiri.moller@icloud.com)

## **SÄYNÄTSALON RIENTO**

[www.saynatsalonriento.fi](http://www.saynatsalonriento.fi)  
Timo Jäntti, [tpjantti@gmail.com](mailto:tpjantti@gmail.com), 0400 645 002  
Tanja Salonen, [tanja.salonen@jao.fi](mailto:tanja.salonen@jao.fi), 044 266 6801  
Mirja Huovinen, [mirja@metasport.fi](mailto:mirja@metasport.fi), 044 906 2118

## **TOIVAKAN RIVAKKA**

Sisko Minkkinen, 040 721 0516

## UURAISTEN URHEILIJAT

www.uuraistenurheilijat.com

Olavi Tapper, 040-7360424, olavitapper@jippii.fi

vp. Rauno Katalkin, 014-856845

## VAAJAKOSKEN KUOHU

www.vaajakoskenkuohu.fi

Markku Savioja 040 865 7742, markku.savioja@elisanet.fi

## VIITASAAREN VIESTI

www.viitasaarenviesti.fi

Pj. Jarkko Räsänen, 040 731 4710, jarkko.rasanen1@elisanet.fi

Sihteeri: Marika Hämäläinen, 0400 414 094, marika.hamalainen@

viitasaari.fi

## ÄÄNEKOSKEN URHEILIJAT

www.aanekoskenurheilijat.fi

Pj. Kimmo Kinnunen, 050 598 8992, kinnunenkimmo68@gmail.com

Vpj & Np. Tuukka Vuorinen 050 599 7961, tuukka71@gmail.com

# Alue- ja piirinmestaruuskilpailuiden ohjeet

## PIIRIN PM-KISAT:

**Ilmoittautumiset** on oltava perillä 5 vrk ennen kilpailun ensimmäistä päivää. Kilpailujen ilmoittautumiset tulee tehdä netin kautta osoitteessa [www.kilpailukalenteri.fi](http://www.kilpailukalenteri.fi). Jos ilmoittautuminen tehdään kirjallisena, se on tehtävä seuran yhteisilmoituksena (suositus - sähköposti). Siinä tulee olla urheilijan nimi, seura, sarja / laji, syntymävuosi ja paras tulos (ainakin juoksulajeissa). Ellei parasta tulosta ole ilmoitettu järjestäjällä on oikeus sijoittaa urheilija haluamaansa erään. Lajivaihtoksia saa tehdä vain urheilijan seura. Lajivaihdokset ilmoittautumisajan jälkeen on kiellettyjä. Niissä kansallisissa tai piirin myöntämissä kilpailuissa, joiden yhteydessä järjestetään piirinmestaruuslaji, ilmoittautuminen hoidetaan niin kuin kilpailujen järjestäjä on ilmoittanut muidenkin kilpailuun osallistuvien ilmoittautumisesta.

**Huom!** Vain lisenssiurheilija voi osallistua SUL:n alaisiin kilpailuihin. Lisenssi on voimassa heti maksuhetkestä lähtien. Kilpailujen järjestäjän tulee seurata ilmoittautuneiden urheilijoiden lisenssitilannetta ja epäselvissä tapauksissa ottaa yhteyttä Esa Kaihlajärveen os. [esakaihla@gmail.com](mailto:esakaihla@gmail.com), puh.0445703875. Kilpailukalenterin kautta ilmoittautuminen ei onnistu ilman lisenssiä, joten järjestäjien kannattaa erityisesti tarkastaa muilla tavoilla ilmoittautuneet

**Jälki-ilmoittautumiset on oltava perillä 2 vrk ennen kilpailuiden ensimmäistä päivää. Jälki - ilmoittautumiseksi ei hyväksytä lajivaihdosta. Myös jälki - ilmoittautumisen hoitaa urheilijan seura kirjallisenä. Jälki-ilmoittautumisesta järjestäjät perivät kaksinkertaisen osanottomaksun.**

**Osanottomaksut** on suoritettava kilpailuiden järjestäjän tilille viimeistään viimeisen ilmoittautumispäivän seuraavana päivänä. Suositeltavaa on, että joukkueen johtaja tai urheilija joka tulee ensimmäisenä varmistamaan osanottoa tai hakemaan numerollappua esittää tosittien, että seuran urheilijoiden osanottomaksut on maksettu. Jälki-ilmoittautuneiden urheilijoiden kohdalla tosittien esittäminen on ehdoton. Niissä kansallisissa, tai piirin myöntämissä kilpailuissa, joissa pm-kilpailu on lisälajina, osanottomaksut suoritetaan kilpailuiden järjestäjän ilmoittamalla tavalla.



**Sisulisähuipentumisissa** urheilija voi osallistua neljään lajiin myös siten, että toisena kilpailupäivänä hän osallistuu kolmeen ja toisena yhteen lajiin. Huom! **Tänäkin vuonna sarjat P14/15 sekä T14/15 on yhdistetty yhdeksi sarjaksi pojissa/tytöissä.**

Muilta osin noudatetaan Suomen Urheiluliiton hyväksymien mestaruuskilpailusääntöjä ja pm-kilpailujen erillisohjetta, muita kilpailuun osallistumissääntöjä, sekä kansainvälisiä sääntöjä

## ALUEMESTARUUSKISAT:

Läntisen alueen aluemestaruudet (EPU, KePY, KeSY, ÖID), ratkotaan seuraavissa kisoissa. Tarkemmat tiedot löytyvät kilpailukalenteri.fi sivuilta:

- La 20.07. Aluemestaruuskilpailut 1. osa, Ilmajoki
- Su 21.07. Aluemestaruuskilpailut 2. osa, Seinäjoki
- La 17.08. Avoimet aluemestaruusviestit, Ylivieska

Jokaisen kisan ilmoittautumistiedot löytyvät kunkin järjestysvuorossa olevan piirin kohdalta liiton kilpailukalenteri.fi palvelusta. Osallistumisoikeus on enintään kuuteen lajiin. 17-vuotisten sarja on avoin nuoremille. Ilmoittautuminen 5 vrk ennen kisaa, jälki- ilmoittautuminen 2 vrk ennen kisaa (tuplamaksuna).

## KILPAILUJEN VIRALLISUUS:

Jotta tulokset ovat virallisia ja tilastokelpoisia (pääsee Tilastopajan virallisille listoille), niin seuraavat kohdat tulee täyttyä:

- Urheilijan tulee edustaa SUL:n jäsenseuraa.
- Urheilijalla tulee olla voimassa oleva yleisurheilulisenssi.
- Järjestävän seuran tulee olla SUL:n jäsenseura.

- Kilpailun tulee olla haettuna kilpailukalenteri.fi -järjestelmään viimeistään 3 vrk ennen kilpailua.
- Maantiekilpailuissa reitin tulee olla virallisesti mitattu ja mittauksesta ei saa olla kulunut yli viittä vuotta.
- Kaikille jälkikäteen tuleville kansallisten kilpailujen lisälajeille tulee olla piirin lupa. Näille lisälajeille tulee tehdä uusi oma "avoin aluekiisa -luokan" hakemus kilpailukalenteri.fi -järjestelmään viimeistään 3 vrk ennen kisaa.

## TUOMAROINTI

Piiri nimeää liiton ohjeiden mukaan ylituomarin (=kilpailun "jury") vain alue/pm ja karnevaalikisoihin. Nimetyt tuomarit löytyvät kalenterin kohdasta: Ylituomarit 2019 seuraavalla aukeamalla. Muissa kisoissa piirin kilpailutiimin jäsenet palvelevat kilpailun johtajaa sääntötulkintoissa. Toimikunnan jäsenten yhteystiedot löytyvät tämän kalenterin kohdasta: tiimit.

## TULOKSET

Kilpailun järjestäjän tulisi lähettää tulokset ainakin seuraaviin osoitteisiin:

**aaltonenmatti@hotmail.com** (Kesyn kotisivujen päivitys, piirin kandestekisojen pistelaskut ja tilastojen pitäjä)

**juhani@tilastopaja.fi** (Kaikki Suomessa järjestettävät kilpailut)

# Kilpailumaksut

## Lupamaksut:

- IAAF/EA-kilpailut 200 €
- Eliittikisat 100 €
- Tähtikisat 80 €
- Nuorten Eliittikisat ja karnevaalit 50 €
- Avoimet aluekilpailut 40 € (max 2)
- Piirin myöntämä 30 € (max 2)

## Ilmoittautumismaksut 2019:

### SM-kisat:

- |  |                       |
|--|-----------------------|
| - Henkilökohtaiset lajit:                | 15 € / laji           |
| poikkeuksina: - erikseen järjestettävät: |                       |
| - Moniottelu-SM:t                        | 30 € / hlö            |
| - SM-maraton                             | 30 € / hlö            |
| - SM-maantiekävelyt                      | 30 € / hlö            |
| - SM-maantiejuoksut                      | 30 € / hlö            |
| - Viestit                                | 25 € / laji / joukkue |

### Aluemestaruuskilpailut:

- |                             |                 |
|-----------------------------|-----------------|
| - henkilökohtaiset lajit    | 8 € / laji      |
| - moniottelut               | 10 € / kilpailu |
| - viestit                   | 15 € /joukkue   |
| - maasto- ja maantiejuoksut | 8 € /laji       |

### Piirinmestaruuskilpailut:

- |  |                 |
|--|-----------------|
| - Sisulisäsarjat, henkilökohtaiset lajit                           | 8 € / laji      |
| - Sisulisäottelut  | 15 € / kilpailu |
| - Sisulisäviestit  | 15 € / joukkue  |
| - Seuracup 200€/joukkue + muut 5 € laji (ei joukkuetta 10 € /laji) |                 |

# Ylituomarit 2019

## Kesyn nimeämät ylituomarit:

- |           |                          |                  |
|-----------|--------------------------|------------------|
| 28.4.     | Pm-maastot Jämsä         | Erja Sanaslahti  |
| 19.5.     | Ottelut I Jyväskylä      | Susanne Forsberg |
| 27.-28.7. | Huipentuma Jyväskylä     | Susanne Forsberg |
| 24.8.     | Pm-viestit Jyväskylä     | Pauli Huuskonen  |
| 7.9.      | Ottelut II Äänekoski     |                  |
| 27.-30.6. | Karnevaali Jämsä/Paunu   | Jukka Väärämäki  |
| 27.-30.6. | Karnevaali Jämsä/J-koski | Kari Kaski       |
| 27.-30.6. | Karnevaali Pihitipudas   | Urpo Paananen    |

# Arvokilpailukalenteri 2019

14.4	SM-maantiejuoksut	Vantaa
5.5	SM-maastot	Janakkala
11.-12.5	MM-viestit	Yokohama, JPN
18.5	Helsinki City Running Day	Helsinki
19.5	Euroopan kilpakävelykup	Alytus, LTU
25.5	Kultainen keihäs	Vantaa
25.5	ECCC B-ryhmä M/N	Tampere
5.6	Motonet GP	Lahti
8.-9.6	SWE-FIN-EST moniottelu-mo	Uppsala, SWE
8.-9.6	PM-moniottelut M/N22,19,17	Uppsala, SWE*
9.6	SM-maantiekävelyt	Savonlinna
11.6	PNG, IAAF World Challenge	Turku
14.-16.6	YAG	Lahti
19.6.	Motonet GP	Jyväskylä
22.6.	Kuortane Games	Kuortane
23.-28.6	Euroopan kisat	Minsk, BLR
27.-30.6	Lajikarnevaalit -	
3.7.	Motonet GP	Tampere
6.7.	Euroopan 10 000 m cup	Lontoo, GBR
6.-7.7.	Euroopan moniottelujen joukkueemest.kisat, 1 ja 2 lg	Ribeira Brava, POR
8.-13.7	Universiadit	Napoli, ITA
10.7.	Tähtikisat	Seinäjoki
11.-14.7	Nuorten EM-kilpailut M/N22	Gävle, SWE
17.7	Motonet GP	Lapinlahti
18.-21.7	Nuorten EM-kilpailut M/N19	Borås, SWE
22.-27.7	Euroopan nuorten Olympiafestivaalit M/N17	Baku, AZE
24.7.	Motonet GP	Joensuu
1.-4.8	Kalevan kisat	Lappeenranta
9.-11.8	Euroopan joukkueemestaruuskilpailut, Superliiga	Bydgoszcz, POL
9.-11.8	SM M/N17,16	Kankaanpää
9.-11.8	SM P/T15,14	Lahti
12.8.	Tähtikisat	Helsinki
14.8.	Tähtikisat	Oulu
17.-18.8	PM-nelimaastottelu + Ch's M/N19	Kristiansand, NOR
17.-18.8	SM-moniottelut	Kauhava & Lapua
18.8	Motonet GP	Espoo
24.-25.8	Ruotsi-Suomi M/N & M/N17	Tukholma, SWE
30.8.-1.9	SM M/N22,19	Porvoo
31.8	Seuracup finaalit -	
7.-8.9.	SM-viestit	Ylivieska

9.-10.9	Eurooppa-USA
14.-15.9	KLL
21.9	SM-maraton
27.9.-6.10	MM-kilpailut
7.-15.11	Paralyseisurheilun MM-kisat
10.11	PM-maastot
8.12	EM-maastot

Minsk, BLR
Laitila*
Espoo
Doha, QAT
Dubai, UAE
Heinola
Lissabon, POR

Tämä kalenteri ei ole kaiken kattava arvokilpailukalenteri. Lisätietoja löytyy mm.:  
<http://www.european-athletics.org/calendar/>  
<http://www.iaaf.org/competition/calendar/>

## SM-kilpailut 2019

<u>Pvm</u>	<u>Kilpailu</u>	<u>Paikkakunta</u>	<u>Ilm. päättyy</u>
14.04.	SM-maantiejuoksut	Vantaa	06.04.
05.05.	SM-maastot	Janakkala	28.04.
09.06.	SM-Maantiekävelyt	Savonlinna	01.06.
01.-04.08.	Kalevan kisat	Lappeenranta	24.07.
09.-11.08.	SM M/N 17,16	Kankaanpää	01.08.
09.-11.08.	SM P/T 14,15	Lahti	01.08.
17.-18.08.	SM-moniottelut M22, M19, N17, P14	Kauhava	09.08.
17.-18.08.	SM-moniottelut N22, N19, M17, P15, T14	Lapua	09.08.
30.8.-1.9.	SM M/N19-22	Porvoo	22.08.
07.-08.09.	SM -viestit 2019	Ylivieska	30.08.
21.09.	SM-maraton	Espoo	13.09.

Tarkemmat tiedot netistä: [www.kilpailukalenteri.fi](http://www.kilpailukalenteri.fi)



**Monnarin**  
Lounaskahvila

**Oletko tulossa Jyväskylään?**

**JOUKKUERUOKAILUT**

**Monnarin lounaskahvilassa**

vaihtoehtoja: pasta jauhelihakastike  
pasta broilerikastike  
broileripata ja riisi  
lihapullat ja muusi  
tai jotakin toivomuksenne mukaan

**Lounas arkinen klo 11.00 – 14.00**

muina aikoina tilauksesta sopimuksen mukaan

**hinta alkaen 6.50e/hlö**

**Puh. (014) 621 517, 040-745 5072**  
**[www.monnarinlounaskahvila.com](http://www.monnarinlounaskahvila.com)**

# Keski-Suomen piirin kilpailut

## La 20.04. Piirin myöntämä kilpailu Pentin Pinkaisu XIII

Vaajakoski, Vaajakosken Liikuntahalli klo 13:00

**Sarjat:** M: maantiejuoksu 4,6km, maantiejuoksu 10km. N: maantiejuoksu 10km, maantiejuoksu 4,6km. P/T13: maantiejuoksu 1,2km. P/T11: maantiejuoksu 1,2km. M/N40: maantiejuoksu 10km. M/N50: maantiejuoksu 10km. M/N60: maantiejuoksu 4,6km. M/N70: maantiejuoksu 4,6km.

**Ilm.maksu:** Ei annettu. Ilmoittautumisohjeet nettisivuillamme [www.vaajakoskenkuuhu.fi/kestavyysjuoksu/kilpailut/pentin-pinkaisu/](http://www.vaajakoskenkuuhu.fi/kestavyysjuoksu/kilpailut/pentin-pinkaisu/).

**Tied:** Markku Savioja, [markku.savioja@elisanet.fi](mailto:markku.savioja@elisanet.fi), 040 8657742.

**WWW:** [www.vaajakoskenkuuhu.fi/kestavyysjuoksu/kilpailut/pentin-pinkaisu/](http://www.vaajakoskenkuuhu.fi/kestavyysjuoksu/kilpailut/pentin-pinkaisu/)  
Vaajakosken Kuuhu

## La 27.04. Piirin myöntämä kilpailu Kuokkalan Kirmaisu

Jyväskylä, Kuokkalan Graniitti klo 12:00

**Sarjat:** 10 km: M/N, M/N40, M/N50, 5 km: M/N kunto, M/N60, M/N70, P/T 12, P/T14

**Ilm.maksu:** Ei annettu. Ilmoittautumisohjeet: <https://jku.fi/kuokkalan-kirmaisu/>.

**Tied:** JKU:n toimisto, [toimisto@jku.fi](mailto:toimisto@jku.fi), 014 218031.

**Lisätiedot:** Palkinnot Arvontapalkinnot kaikkien osallistujien kesken. Palkintona mm. ilmainen osallistuminen vuoden 2019 Finlandia Maratonille..

**WWW:** [jku.fi/kuokkalan-kirmaisu/](http://jku.fi/kuokkalan-kirmaisu/)  
Jyväskylän Kenttärheilijat

## Su 28.04. pm-kilpailut Piirinmestaruus-maastot

Jämsä, Kaipolan Koulutie 5, 42220 Kaipola klo 12:00

**Sarjat:** M/N: 4 km. M/N19: 4 km. M/N17: 4 km. P/T15: 3000m. P/T13: 2000m. P/T12: 2000m. P/T11: 1500m. P/T10: 1500m. P/T9: 1000m.

**Ilm:** 25.04. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8e/laji, jälki-ilm. 16e/laji, tilille F15350910340029866.

**Tied:** Miia Keskinen, [miia.kaipolanvire@gmail.com](mailto:miia.kaipolanvire@gmail.com), 0400 899259.

**Lisätiedot:** <http://live.tuloslista.com/3897> Osoite: Kaipolan Koulutie 5, 42220 Kaipola Paikotus Kaipolan koulun pihaan Koulun wc ja pukuhuoneilat käytössä klo 10-15 Kisa-anslia kentällä teltassa, kentällä myös kioski Yhteydenotot kisapäivänä: 040 5479779. Kaipolan Vire

## Su 19.05. pm-kilpailut pm-ottelut 9-15v

Jyväskylä, Harjun stadion klo 12:00

**Sarjat:** P/T15: 5-ottelu. P/T13: 4-ottelu. P/T12: 4-ottelu. P/T11: 3-ottelu. P/T10: 3-ottelu. P/T9: 3-ottelu.

**Ilm:** 15.05. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 15e/laji, jälki-ilm. 30e/laji, tilille FI47 5089 0540 0703 59 Maksun viestiksi urheilijan nimi, seura ja sarja..

**Tied:** JKU:n toimisto, [toimisto@jku.fi](mailto:toimisto@jku.fi), 014 218031.

**Lisätiedot:** T/P9 3-ottelu: 40m, pituus, kuula T/P10,T/P11 3-ottelu: 60m, pituus, kuula T12,T13 4-ottelu: 60maj, pituus, kuula, 800m P12,P13 4-ottelu: 60maj, kuula, korkeus, 800m T15 5-ottelu: 80maj, pituus, keihäs, korkeus, 800m P15 5-ottelu: 100maj, pituus, keihäs, seiväs, 1000m.

**WWW:** [jku.fi/kilpailut/](http://jku.fi/kilpailut/)  
Jyväskylän Kenttärheilijat

## Ma 20.05. Piirin myöntämä kilpailu Paunu Games I

Jämsä, Paunun kenttä Paununkatu 7, 42100 Jämsä klo 17:30

**Sarjat:** M/N: 100m, 3000m ej, korkeus, keihäs. M/N19: 100m, 2000m ej, korkeus, keihäs. M/N17: 100m, 2000m ej, korkeus, keihäs. P/T15: 100m, 1500m ej, korkeus, keihäs. P/T13: 60m, korkeus, keihäs. P/T11: 60m, pituus, kuula. P/T9: 40m, pituus, kuula.

**Ilm:** 17.05. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8e/laji, jälki-ilm. 15e/laji, tilille F15350910340029866. 20€/ 3 lajia, jälki-ilmoittautuneet 40€/ 3 lajia.

**Tied:** Miia Keskinen, [miia.kaipolanvire@gmail.com](mailto:miia.kaipolanvire@gmail.com), 0400 899259.

Kaipolan Vire

## Ti 21.05. Piirin myöntämä kilpailu Keuruun kevätkuula

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 17:00

**Sarjat:** N19: kuula. N17: kuula. P/T15: kuula. P/T13: kuula. P/T11: kuula. P/T9: kuula. M/N40: kuula. M/N45: kuula. M/N50: kuula. M/N55: kuula. M60: kuula.

**Ilm:** 20.05. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5e/laji, jälki-ilm. 5e/laji. kilpailumaksut maksetaan käteisellä kentällä.

**WWW:** [www.keuruunkisailijat.fi](http://www.keuruunkisailijat.fi)

Keuruun Kisailijat

## To 23.05. Piirin myöntämä kilpailu Toukokuun kisat

Jyväskylä, Harjun stadion klo 17:00

**Sarjat:** M: 150m, 300m, 600m, 3000m, 110m aj, 300m aj, korkeus, pituus, kuula, keihäs. N: 150m, 300m, 600m, 100m aj, 300m aj, korkeus, seiväs, pituus, kuula, kiekko, keihäs. M19: 110m aj, 300m aj, kuula. M17: 150m, 300m, 600m, 100m aj, 300m aj, korkeus, keihäs. N17: 150m, 300m, 600m, 100m aj, 300m aj, kuula. P15: 100m, 600m, 200m aj, pituus, kuula, 4 x 100m. T15: 100m, 600m, 200m aj, korkeus, kiekko, 4 x 100m. P13: 60m, 600m, 200m aj, korkeus, keihäs, 4 x 100m. T13: 60m, 600m, 200m aj, pituus, kuula, 4 x 100m. P11: 60m, 600m, 60m aj, pituus, kuula. T11: 60m, 600m, 60m aj, korkeus, kiekko. P9: 40m, 400m, 3-loikka, keihäs. T9: 40m, 400m, 3-loikka, keihäs. M30: 150m, 3000m, pituus. N30: 150m, 3000m, pituus.

**Ilm:** 20.05. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 10e/laji, jälki-ilm. 20e/laji, tilille FI47 5089 0540 0703 59 Maksun viestiksi urheilijan nimi, seura ja sarja..

**Tied:** JKU:n toimisto, [toimisto@jku.fi](mailto:toimisto@jku.fi), 014 218031.

**Lisätiedot:** M/N30 sarjan lajit on tarkoitettu kaikille aikuisurheilijoille. Ilmoittautumiset ensisijaisesti kilpailukalenterin kautta..

**WWW:** jku.fi/kilpailut/

Jyväskylän Kenttärheilijat

#### **La 25.05. Piirin myöntämä kilpailu Pihtiputaan Tuiskun kilpailut**

Pihtipudas, Pihtiputaan keskusurheilukenttä klo 12:00

**Sarjat:** M/N17: korkeus, keihäs. P/T15: korkeus, keihäs. P/T13: korkeus, keihäs. P/T11: korkeus, keihäs. P/T9: korkeus, keihäs.

**Ilm:** 21.05. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 6e/laji, jälki-ilm. 10e/laji, tilille FI31 5345 0820 0561 69.

**Tied:** Matti Kahilainen, matti.kahilainen@gmail.com.

Pihtiputaan Tuisku

#### **Su 26.05. Piirin myöntämä kilpailu Paavon Kisa**

Saarjärvi, Keskusurheilukenttä klo 12:00

**Sarjat:** M/N: 200m, 800m, 10000m, pituus. M/N17: 100m, 800m, pituus, kuula. P/T15: 100m, 800m, pituus, keihäs. P/T13: 100m, korkeus, keihäs. P/T11: 150m, pituus. P/T9: 60m, pituus.

**Ilm:** 22.05. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 10e/laji, jälki-ilm. 20e/laji, tilille FI0854080420020064. P/T lajit ilmoit.

maksu 8e/laji, jälki-ilm 15e/laji.

**Tied:** Matti Messala, matti.messala@pp.inet.fi, 040 0901771, Katja Valkola, katja.valkola@gmail.com, 050 0880067.

**WWW:** www.pullistus.fi

Saarjärven Pullistus

#### **To 30.05. Piirin myöntämä kilpailu Toukokuun nuorisokisat**

Äänekoski, Liikuntapuisto klo 13:00

**Sarjat:** M/N19: 100m, 800m, korkeus, keihäs. M/N17: 100m, 800m, korkeus, keihäs. P/T15: 100m, korkeus, keihäs. P/T13: 60m, pituus, kuula. P/T11: 60m, pituus, kuula. P/T9: 40m, pituus, kuula.

**Ilm:** 26.05. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8e/laji, jälki-ilm. 12e/laji, tilille FI04 5543 0140 0009 05. Jälki-ilmoittautuminen 27.5. mennessä sähköpostilla ulla.norontaus@gmail.com .

**Tied:** Tuukka Vuorinen, tuukka71@gmail.com, 050 5997961, Pertti Rahkonen, perttirahkonen1@gmail.com, 040 5835589.

**Lisätiedot:** Lisälajeina N/M30+ 100m, pituus, kuula, keihäs. Ilmoittautumiset sähköpostilla ulla.norontaus@gmail.com.

Äänekosken Urheilijat, Suolahden Urho

#### **Ti 04.06. Piirin myöntämä kilpailu JärviuuliCup 1**

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 17:00

**Sarjat:** P/T15: pituus, kuula. P/T13: pituus, kuula. P/T11: pituus, kuula. P/T9: pituus, kuula. M/N40: pituus, kuula. M/N45: pituus, kuula. M/N50: pituus, kuula. M/N55: pituus, kuula.

**Ilm:** 03.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5e/laji, jälki-ilm. 7e/laji. kilpailumaksut maksetaan käteisellä kentällä.

**WWW:** www.keuruunkisailijat.fi

Keuruun Kisailijat

#### **Ke 05.06. Piirin myöntämä kilpailu Paunu Games II**

Jämsä, Paunun kenttä Paununkatu 7, 42100 Jämsä klo 17:00

**Sarjat:** M/N: 400m, 3-loikka, moukari. M/N19: 400m, 3-loikka, moukari. M/N17: 400m, 3-loikka, moukari. P/T15: 300m, 3-loikka, moukari. P/T13: 200m, 3-loikka, moukari. P/T11: 150m, seiväs, keihäs. P/T9: 150m, seiväs, keihäs.

**Ilm:** 02.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8e/laji, jälki-ilm. 15e/laji, tilille FI5350910340029866. 20€/ 3 lajia, jälki-ilmoittautuneet 40€/ 3 lajia.

**Tied:** Miia Keskinen, miia.kaipolanvire@gmail.com, 0400 899259.

Kaipolan Vire

#### **La 08.06. seuracup Seuracup 1**

Jyväskylä, Harjun stadion klo 12:00

**Sarjat:** M/N17: 200m, 3-loikka, kuula. P/T15: 100m, 2000m, seiväs, kuula, 4 x 100m. P/T13: 60m, 1000m, korkeus, keihäs, 4 x 100m. P/T11: 60m, 1000m, pituus, kiekko, 4 x 50m.

**Ilm:** 05.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** Ei annettu. Mukaan tulevan seuran joukkueen ilmoittautumismaksu on 200 euroa. Sisältää seuran 18 – 36 urheilijan viralliset pisteisiin laskettavat lajit. Ylimääräisten lajien lisämaksu on viisi (5) euroa / laji. Muiden mukaan tulevien Kesyn seurojen urheilijoiden ilmoittautumismaksut ovat 10 euroa / laji. Lisälaji 5 euroa. Jälki-ilmoittautuminen / lajinvaihto 15 euroa. Seurojen tulee ilmoittaa virallinen urheilija / laji ilmoittautumisen yhteydessä. Osallistumisoikeus urheilijalla on yhteen lajiin ja viestiin. Muihin lisälajeihin ovat osallistumismaksut yllä olevan mukaiset..

**Tied:** JKU:n toimisto, toimisto@jku.fi, 014 218031.

**Lisätiedot:** Viesti-ilmoittautumiset: toimisto@jku.fi.

**WWW:** jku.fi/kilpailut/

Jyväskylän Kenttärheilijat

### **Ti 11.06. Piirin myöntämä kilpailu JärviuuliCup 2**

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 17:00

**Sarjat:** N19: korkeus, keihäs. M/N17: korkeus, keihäs. P/T15: korkeus, keihäs. P14: korkeus, keihäs. P13: korkeus, keihäs. T13: korkeus, keihäs. P11: korkeus, keihäs. T11: korkeus, keihäs. P9: korkeus, keihäs. T9: korkeus, keihäs. M40: korkeus, keihäs. N40: korkeus, keihäs. M45: korkeus, keihäs. N45: korkeus, keihäs.

**Ilm:** Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5e/laji, jälki-ilm. 7e/laji. kilpailumaksut maksetaan käteisellä kentällä.

**WWW:** www.keuruunkisailijat.fi

Keuruun Kisailijat

### **Ti 11.06. Piirin myöntämä kilpailu Piirin myöntämä kilpailu**

Muurame, Muuramen Urheilukenttä klo 18:00

**Sarjat:** M/N: 3000m. N17: pituus, keihäs. P/T15: 2000m, pituus, keihäs. P/T13: 60m, pituus, keihäs. P/T11: 60m, pituus, keihäs. P/T9: 40m, pituus.

**Ilm:** Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5e/laji, jälki-ilm. 5e/laji, tilille FI85 5089 5340 0005 06.

**Tied:** Martti Muhonen, martti.muhonen@gmail.com, 040 7664179.

**WWW:** http://www.muuramenyritys.net/

Muuramen Yritys

### **Ke 12.06. Piirin myöntämä kilpailu Viispiikkinen Cup**

Saarijärvi, Keskusurheilukenttä klo 18:00

**Sarjat:** M/N17: 200m, kuula, moukari. P/T15: 200m, korkeus. P/T13: 60m aj, keihäs. P/T11: 60m aj, korkeus. P/T9: 200m, kuula.

**Ilm:** 10.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** Ei annettu. Ulkopuolisten seurojen osanottom.5e/laji.Jälki-ilm kilpailupaikalla klo 17:30 mennessä.

**Tied:** Matti Messala, matti.messala@pp.inet.fi, 040 0901771, Katja Valkola, katja.valkola@gmail.com, 050 0880067.

**WWW:** www.pullistus.fi

Saarijärven Pullistus

### **Ke 19.06. GP Motonet GP Jyväskylä**

Jyväskylä, Harjun stadion klo 18:00

**Sarjat:** M: 800m, 5000m, 110m aj, seiväs, pituus, moukari. N: 100m, 100m aj, 400m aj, 3000m ej, 3-loikka, moukari.

**Ilm:** 06.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 15e/laji, jälki-ilm. 30e/laji, tilille FI47 5089 0540 0703 59.

**Tied:** Kilpailujohtaja Esa Kaihlajärvi, esa.kaihlajarvi@jku.fi, 044 5703875, Pääsihteeri Markku Koistinen, markku.koistinen@jku.fi, 040 7069195.

**Lisätiedot:** Järjestäjällä on oikeus rajoittaa osanotto-oikeutta. Peruuttamaton poissaolo = kuusinkertainen ilmoittautumismaksu..

**WWW:** motonetgp.fi/jyvaskyla/

Jyväskylän Kenttärheilijä

### **Ke 19.06. Piirin myöntämä kilpailu Motonet GP Jyväskylä - lisälajit**

Jyväskylä, Harjun stadion klo 16:30

**Sarjat:** M: 100m, korkeus. N: 1500m, pituus, kiekko.

**Ilm:** 06.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 15e/laji, jälki-ilm. 30e/laji, tilille FI47 5089 0540 0703 59.

**Tied:** JKU:n toimisto, toimisto@jku.fi, (014) 218031, Kilpailujohtaja Esa Kaihlajärvi, esa.kaihlajarvi@jku.fi, 044 5703875.

**Lisätiedot:** Järjestäjällä on oikeus rajoittaa osanotto-oikeutta. Peruuttamaton poissaolo = kuusinkertainen ilmoittautumismaksu..

**WWW:** motonetgp.fi/jyvaskyla/

Jyväskylän Kenttärheilijät

### **Pe 21.06. Kansalliset 53. Keuruun Juhannuskisat**

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 11:00

**Sarjat:** M: 100m, 800m, 3000m, korkeus, pituus, kuula, kiekko, keihäs. N: 100m, 800m, 3000m, korkeus, pituus, kuula, kiekko. P/T15: 100m, 1000m, seiväs, kuula. P/T13: 60m, 1000m, korkeus, kuula. P/T11: 60m, 1000m, pituus. P/T9: 40m, 1000m, pituus.

**Ilm:** 16.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 12e/laji, jälki-ilm. 30e/laji, tilille FI1547621020005128. P/T sarjoissa ilm. maksu 8e, jälki-ilm. 20e. Maksut ilm.pvään mennessä, kuiti mukaan!.

**Tied:** 0505474293 (klo 17-20), keuki.yu@gmail.com.

**Tulosp:** keuki.yu@gmail.com.

**Lisätiedot:** Jälki-ilmottautuminen: AINOASTAAN SÄHKÖPOSTILLA! keuki.yu@gmail.com Kisapäivänä ei oteta jälki-ilmottautumisia eikä lajeja voi enää vaihtaa. Varmistukset: Kaikissa lajeissa 30 minuuttia ennen lajin alkua kilpailukansliaan, varmistus/numerolappu kuittia vastaan! Kilpailunumeroa on käytettävä kaikissa lajeissa. Osallistumisoikeus: Urheilijoiden lajimäärää ei ole muuten rajoitettu, mutta urheilija voi osallistua samaan lajiin vain yhdessä sarjassa saman kilpailun aikana. Kilpailun osallistuminen on ilmaista Keuruun Kisailijoiden jäsenille. Eräjaot: Urheilijat rankkeerataan aiemmin tehtyjen tulosten mukaan seuraavassa järjestyksessä: Ylimmäksi rankkeerataan urheilijat kuluvalle ulkoratakaudella tehtyjen tulosten mukaan. Seuraavaksi (jos kuluvalle kauden ulkoratatulosta ei löydy) rankkerataan edellisellä sisäratakaudella tehtyjen tulosten mukaan. Kolmanneksi rankkeerataan edellisellä ulkoratakaudella tehtyjen tulosten mukaan. Viimeiseen ryhmään tulevat vapaasti arvotussa järjestyksessä urheilijat, joiden tulokset ovat vanhempia kuin edellämaitut. Kahden vuoden takaisten tulosten ei siis katsota antavan nykypäivän kannalta käyttökelpoista informaatiota. Kenttälajien suorituskerrat: T/P 9-13 4 kierrosta T/P15-N/M 3+3 kierrosta, siten, että kaikille ensin kolme (3) suoritusta ja kahdeksan (8) parasta vielä klme (3) finaalkierrosta. Omien välineiden käyttö: Omat heittovälineet tuodaan katsomon alakertaan tarkastusta varten viimeistään 60min ennen lajin alkua. Omat kilpailuvälineet ovat kaikkien heittäjien käytettävissä koko kilpailun



ajan, myös kolmella viimeisellä kierroksella. Seipäät tarkistetaan suorituspaikalla.  
Korotukset: korkeus: T/P 13 105-110-115-120-124-128-132-136-140-144-147+3cm  
välein N M seiväs: T/P 15 Tulokset: Tulostaulu on urheilukentän rapuste yläpäässä.  
Palkinnot: Palkinnot jaetaan kaikissa sarjoissa kolmelle parhaalle. Ensiaipu: Kilpailupaikalla on koko ajan paikalla ensiapuryhmä. Tapaturman sattuessa ota yhteyttä lähimpään toimitsijaan, hän hälyyttää apua paikalle. Muistatthan, että näkyvyys- ja turvallisuus-  
sytistä vanhempien ja valmentajien paikka on katsomossa ja kentän laidalla, ei kentällä!  
Katso sivuiltamme lisätietoja mm. pysäköinnistä. (tietoja päivitetään).  
**WWW:** www.keuruunkisailijat.fi  
Keuruun Kisailijat

### **Su 23.06. Kansalliset Kansainväliset 83.Saarijärven Juhannuskisat**

Saarijärvi, Keskusurheilu kenttä klo 13:00

**Sarjat:** M: 100m, 400m, 800m, 3000m, 400m aj, pituus, kuula, keihäs. N: 100m, 400m, 800m, 3000m, 400m aj, 3-loikka, moukari, keihäs. M17: 100m, 800m, kuula. N17: 100m, 800m, pituus. P15: 100m, 300m, keihäs. T15: 100m, 300m, korkeus, keihäs. P/T13: 100m, 1000m, korkeus. P/T11: 60m, 400m, pituus.

**Ilm:** 17.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 12e/laji, jälki-ilm. 20e/laji, tilille FI73 5408 0440 0104 00. Nuorten lajit 8e jälki ilm. 16e.

**Ild:** Matti Messala, matti.messala@pp.inet.fi, 0400 901771.

**Lisätiedot:** Nuortenlajit alkaa klo 11:00 Naisten moukari alkaa klo 12:30.

**WWW:** www.pullistust.fi

Saarijärven Pullistust

### **To 27.06. Karnevaalit Aitajuoksukarnevaalit**

Jämsänkoski, Oinaalan urheilukenttä klo 15:00

**Sarjat:** M: 110m aj, 400m aj. N: 100m aj, 400m aj. M19: 110m aj, 400m aj. N19: 100m aj, 400m aj. M17: 110m aj, 400m aj. N17: 100m aj, 400m aj. P15: 100m aj, 300m aj. T15: 80m aj, 300m aj. P14: 100m aj, 300m aj. T14: 80m aj, 300m aj. P/T13: 60m aj, 200m aj. P/T12: 60m aj, 200m aj. P/T11: 60m aj.

**Ilm:** 24.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 15e/laji, jälki-ilm. 20e/laji, tilille FI7650911740000382. KUITTI MAKSETUSTA OSALLISTUMISMAKSUSTA ESITETTÄVÄ KILPAILUTOIMISTOSSA VARMISTUKSEN YHTEYDESSÄ. VARMISTUKSET TUNTIA ENNEN LAJIN ALKUA .

Tied: Markku Suomalainen, toimisto@aitakarnevaalit.net, 040 5066921.

**WWW:** www.aitakarnevaalit.net

Jämsänkosken Ilves

### **To-Su 27.06. - 30.06. Karnevaalit Jämsän kestävyysjuoksu-, pituus-, 3-loikka- ja kävelykarnevaalit**

Jämsä, Paunun urheilukenttä klo 11:00

**Sarjat:** 27.06.: M/N: 800m, 1000m kävely, 3000m kävely. M/N19: 800m, 3000m, pituus, 3-loikka. M/N17: 800m, 3000m, 2000m ej, pituus. P/T15: 800m, 1500m ej, pituus, 3-loikka. P/T14: 800m. P/T13: 1000m, pituus. P/T12: 1000m. P/T11: 1000m. P/T10: 1000m. P/T9: 1000m. 28.06.: Ei lajeja. 29.06.: M: 1500m, 5000m, 10000m, 3000m ej, pituus, 3-loikka, 10000m kävely. N: 1500m, 5000m, 10000m, 3000m ej, pituus, 3-loikka, 5000m kävely. M/N19: 1500m, 5000m kävely. M/N17: 1500m, 5000m kävely. P/T15: 2000m, 3000m kävely. P/T14: 2000m. P/T13: 2000m kävely. P/T11: pituus, 1000m kävely. 30.06.: Ei lajeja.

**Ilm:** 24.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 15e/laji, jälki-ilm. 20e/laji, tilille OP-Jämsä FI53 5091 0340 0298 66 Kaipolan Vire.

**Tied:** Vireen toimisto, toimisto@kaipolanvire.fi, 040 5479779.

**Tulosp:** toimisto@kaipolanvire.fi.

**Lisätiedot:** Lajikouluilmoittautumiset Kaipolan Vireen kotisivuilta [www.kaipolanvire.fi](http://www.kaipolanvire.fi) olevan ohjeen mukaan 24.6. mennessä [www.yleisurheilurekisteri.fi](http://www.yleisurheilurekisteri.fi) kautta tunnuksella JAMSA2019. Kilpailuilmoittautumiset: [www.kilpailukalenteri.fi](http://www.kilpailukalenteri.fi) kautta 24.6. mennessä. Lajikoulu ilmoittautumismaksu 3 vrk 160€ toukokuun loppuun mennessä. Kesäkuun alun jälkeen ilmoittautumismaksu 185€. Lajikouluun ei oteta jälki-ilmoittautumisia. Kilpailu- /lajikouluun ilmoittautumismaksut on maksettava 24.6. mennessä Kaipolan Vireen tilille OP-Jämsä FI53 5091 0340 0298 66 Vanhempainryhmän maksu 140€. Ota kuitti mukaan ilmoittautumismaksusta. Jos maksu ei näy pankissa eikä ole kuitittia, on maksu suoritettava paikan päällä..

**WWW:** [www.kaipolanvire.fi](http://www.kaipolanvire.fi)

Kaipolan Vire

### **To-Su 27.06. - 30.06. Karnevaalit Keihäskarnevaalit**

Pihtiopudas, Keskusurheilukenttä klo 13:00

**Sarjat:** 27.06.: M/N22: keihäs. M/N19: keihäs. 28.06.: Ei lajeja. 29.06.: Ei lajeja. 30.06.: M/N: keihäs.

**Ilm:** 22.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 10e/laji, jälki-ilm. 20e/laji, tilille FI90 5345 0820 0212 54. Ilmoittautumisen Keihäskouluun [www.keihaskarnevaalit.com](http://www.keihaskarnevaalit.com) -sivuston kautta. Aikuisten A-kilpailut SU 30.6. kutsukilpailuna. Tätä kautta ilmoittautumiset siten vain sunnuntai osalta B-kilpailuihin..

**Tied:** Kimmo Kinnunen, keihaskarnevaalit@gmail.com, 050 5988992.

**WWW:** [www.keihaskarnevaalit.fi](http://www.keihaskarnevaalit.fi)

Pihtioputaan Tuisku

### **Su 30.06. Karnevaalit Pikajuoksukarnevaalit**

Jämsänkoski, Oinaalan urheilukenttä klo 12:00

**Sarjat:** M/N: 100m, 200m, 400m. M/N19: 100m, 200m, 400m. M/N17: 100m, 300m. P/T15: 100m, 300m. P/T14: 100m, 300m. P/T13: 60m. P/T12: 60m. P/T11: 60m.

**Ilm:** 26.06. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 15e/laji, jälki-ilm. 20e/laji, tilille FI7650911740000382. KUITTI MAKSETUSTA OSALLISTUMISMAKSUSTA ESITETTÄVÄ KILPAILUTOIMISTOSSA VARMISTUKSEN YHTEYDESSÄ. VARMISTUKSET TUNTIA ENNEN LAJIN ALKUA.

**Tied:** Markku Suomalainen, toimisto@aitakarnevaalit.net, 040 5066921.

**WWW:** www.aitakarnevaalit.net

Jämsänkosken Ilves

### **Ti 02.07. Piirin myöntämä kilpailu JärviuuliCup 3**

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 17:00

**Sarjat:** P/T15: 3-loikka, kuula. P/T13: 3-loikka, kuula. P/T11: 3-loikka, kuula. P/T9: 3-loikka, kuula. M/N40: kuula. M/N45: kuula. M/N50: kuula. M/N55: kuula. M60: kuula.

**Ilm:** 01.07. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5e/laji, jälki-ilm. 7e/laji. kilpailumaksut maksetaan käteisellä kentällä.

**WWW:** www.keuruunkisailijat.fi

Keuruun Kisailijat

### **Ti 09.07. Piirin myöntämä kilpailu Piirin myöntämä kilpailu**

Muurame, Muuramen Urheilukenttä klo 18:00

**Sarjat:** M/N: 800m. M/N19: korkeus. M/N17: korkeus. P/T15: 100m, korkeus. P/T13: 200m, korkeus. P/T11: 150m, korkeus. P/T9: 40m, korkeus.

**Ilm:** 08.07. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5e/laji, jälki-ilm. 5e/laji, tilille FI85 5089 5340 0005 06.

**Tied:** Martti Muhonen, martti.muhonen@gmail.com, 040 7664179.

**WWW:** http://www.muuramenyritys.net/

Muuramen Yritys

### **Ke 10.07. Piirin myöntämä kilpailu Paunu Games III**

Jämsä, Paunun kenttä Paununkatu 7, 42100 Jämsä klo 17:00

**Sarjat:** M: 110m aj, seiväs, kuula. N: 100m aj, seiväs, kuula. M19: 110m aj, seiväs, kuula. N19: 100m aj, seiväs, kuula. M17: 110m aj, seiväs, kuula. N17: 100m aj, seiväs, kuula. P15: 100m aj, seiväs, kuula. T15: 80m aj, seiväs, kuula. P/T13: 1000m, 60m aj, seiväs, kuula. P/T11: 1000m, 60m aj, 3-loikka, kiekko. P/T9: 1000m, 40m aj, 3-loikka, kiekko.

**Ilm:** 07.07. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8e/laji, jälki-ilm. 15e/laji, tilille FI5350910340029866. 20€/ 3 lajia, jälki-ilmoittautuneet 40€/ 3 lajia.

**Tied:** Miia Keskinen, miia.kaipolanvire@gmail.com, 0400 899259.

Kaipolan Vire

### **Ke 10.07. Piirin myöntämä kilpailu Keskiviikon tuloksia**

Saarjärvi, Keskusurheilukenttä klo 18:00

**Sarjat:** M/N17: 100m, kuula. P/T15: 100m, 3-loikka, keihäs. P/T13: 200m, kuula. P/T11: 150m, kuula. P/T9: 40m, korkeus.

**Ilm:** 09.07. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 4e/laji, tilille FI0854080420020064.

**Tied:** Matti Messala, matti.messala@pp.inet.fi, 040 0901771, Katja Valkola, katja.valkola@gmail.com, 050 0880067.

**WWW:** www.pullistus.fi

Saarjärven Pullistus

### **Ti 16.07. Piirin myöntämä kilpailu JärviuuliCup 4**

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 16:00

**Sarjat:** M/N: seiväs. P/T15: seiväs, kiekko. P/T13: seiväs, kiekko. P/T11: seiväs, kiekko. P/T9: seiväs, kiekko.

**Ilm:** 15.07. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5e/laji, jälki-ilm. 7e/laji. kilpailumaksut maksetaan käteisellä kentällä.

**WWW:** www.keuruunkisailijat.fi

Keuruun Kisailijat

### **To 18.07. Piirin myöntämä kilpailu Heinäkuun nuorisokisat**

Äänekoski, Liikuntapuisto klo 18:00

**Sarjat:** M/N19: 100m, 800m, 3-loikka, kiekko. M/N17: 100m, 800m, 3-loikka, kiekko. P/T15: 100m, 800m, 3-loikka, kiekko. P/T13: 60m, 1000m, korkeus, kiekko. P/T11: 60m, 1000m, korkeus, keihäs. P/T9: 40m, 600m, korkeus, keihäs.

**Ilm:** 15.07. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8e/laji, jälki-ilm. 12e/laji, tilille FI04 5543 0140 0009 05. Jälki-ilmoittautuminen 16.7. mennessä sähköpostilla ulla.norontaus@gmail.com.

**Tied:** Pertti Rahkonen, perttirahkonen1@gmail.com, 040 5835589, Tuukka Vuorinen, tuukka71@gmail.com, 050 5997961.

**Lisätiedot:** Lisälajeina M/N30+ 100m, 800m, 3-loikka, kiekko. Ilmoittautumiset sähköpostilla ulla.norontaus@gmail.com.

Äänekosken Urheilijat, Suolahden Urho

### **Ke 24.07. Piirin myöntämä kilpailu Paunu Games IV**

Jämsä, Paunun kenttä Paununkatu 7, 42100 Jämsä klo 17:00

**Sarjat:** M/N: 5000m, 400m aj, pituus, kiekko. M/N19: 3000m, 400m aj, pituus, kiekko. M/N17: 3000m, 400m aj, pituus, kiekko. P/T15: 2000m, 300m aj, pituus, kiekko. P/T13: 200m aj, pituus, kiekko. P/T11: 60m, korkeus, kuula. P/T9: 40m, korkeus, kuula.

**Ilm:** 21.07. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8e/laji, jälki-ilm. 15e/laji, tilille FI5350910340029866. 20€/ 3 lajia, jälki-ilmoittautuneet 40€/ 3 lajia.

**Tied:** Miia Keskinen, miia.kaipolanvire@gmail.com, 0400 899259.

Kaipolan Vire

## **La-Su 27.07. - 28.07. pm-kilpailut pm-sisulisähuipentuma**

Jyväskylän, Harjun stadion klo 12:00

**Sarjat:** 27.07.: P15: 100m, 300m aj, 1500m ej, korkeus, 3-loikka, moukari, keihäs, 3000m kävely. T15: 100m, 300m aj, 1500m ej, seiväs, pituus, kuula, moukari, 3000m kävely. P13: 60m, 200m aj, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs, 2000m kävely. T13: 60m, 200m aj, seiväs, pituus, kuula, keihäs, 2000m kävely. P12: 60m, 200m aj, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs, 2000m kävely. T12: 60m, 200m aj, seiväs, pituus, kuula, keihäs, 2000m kävely. P11: 60m, seiväs, pituus, kiekko, moukari, 1000m kävely. T11: 60m, korkeus, 3-loikka, kuula, kiekko, 1000m kävely. P10: 60m, seiväs, pituus, kiekko, moukari, 1000m kävely. T10: 60m, korkeus, 3-loikka, kuula, kiekko, 1000m kävely. P/T9: 40m, korkeus, kuula, keihäs, 600m kävely. 28.07.: P15: 300m, 800m, 2000m, 100m aj, seiväs, pituus, kuula, kiekko. T15: 300m, 800m, 2000m, 80m aj, korkeus, 3-loikka, kiekko, keihäs. P13: 200m, 1000m, 60m aj, seiväs, pituus, kiekko, moukari. T13: 200m, 1000m, 200m aj, korkeus, 3-loikka, kiekko, moukari. P12: 200m, 1000m, 60m aj, seiväs, pituus, kiekko, moukari. T12: 200m, 1000m, 60m aj, korkeus, 3-loikka, kiekko, moukari. P11: 150m, 1000m, 60m aj, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs. T11: 150m, 1000m, 60m aj, seiväs, pituus, moukari, keihäs. P10: 150m, 1000m, 60m aj, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs. T10: 150m, 1000m, 60m aj, seiväs, pituus, moukari, keihäs. P/T9: 1000m, pituus, kiekko, moukari.

**Ilm:** 22.07. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8€/laji, jälki-ilm. 16€/laji, tilille FI47 5089 0540 0703 59 Maksun viestiksi urheilijan nimi, seura ja sarja..

**Tied:** JKU:n toimisto, toimisto@jku.fi, 014 218031.

**Lisätiedot:** Osallistumisoikeus: - kilpailuihin osallistumisoikeus on vain Kesyn alueen urheilijoilla, mutta jos haluat osallistua kilpailun ulkopuolisena kisaamme, tee se sähköpostitse toimisto@jku.fi ilmoittautumisaajan puitteissa - urheilijalla on osallistumisoikeus vain oman ikäluokkansa lajeihin (poikkeuksena 8-vuotiaat, s.2011, jotka saavat kilpailua 9-vuotiaiden sarjassa ja 14-vuotiaat 15-vuotiaiden sarjassa) - osallistumisoikeus on enintään 4 lajiin (ei päiväkohtaisia rajoituksia) kahden päivän aikana. Jos haluat osallistua omassa sarjassasi useampaan kuin neljään lajiin (=kilpailun ulkopuolisena), ilmoita lisälajit sähköpostilla toimisto@jku.fi ilmoittautumisaajan puitteissa -jos haluat osallistua kilpailun ulkopuolisena muihin sarjoihin, ilmoita sähköpostitse nimi, seura ja sarja mihin osallistut (osoite: toimisto@jku.fi). Noudatamme ulkopuolisena kilpailemisen sääntöjä eli esim. pituusuintaisissa lajeissa kolmen kierroksen jälkeen kisa päättyy, mikäli osanottaja on kahdeksan tai enemmän. Juoksulajeissa saa osallistua ainoastaan alkuერიin, mikäli ei juosta suoraan finaaliin..

**WWW:** jku.fi/kilpailut/

Jyväskylän Kenttärheilijat

## **Ti 06.08. seuracup Seuracup osa 2**

Saarijärvi, Keskusurheilukenttä klo 17:30

**Sarjat:** M/N17: 800m, pituus, keihäs. P15: 300m, 100m aj, 3-loikka, moukari, 1000m kävely, 4 x 800m. T15: 300m, 80m aj, 3-loikka, moukari, 1000m kävely, 4 x 800m. P/T13:

200m, 60m aj, seiväs, kuula, 1000m kävely, 4 x 600m. P/T11: 150m, 60m aj, korkeus, kuula, 1000m kävely, 4 x 600m.

**Ilm:** 02.08. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** Ei annettu.

**Tied:** Matti Messala, matti.messala@pp.inet.fi, 040 0901771.

**WWW:** www.pullistus.fi

Saarijärven Pullistus

## **To 08.08. Kansalliset Äänekoski Games**

Äänekoski, Liikuntapuisto klo 18:00

**Sarjat:** M: 100m, 400m, 1500m, korkeus, kuula, keihäs. N: 100m, 400m, 1500m, korkeus, pituus, kuula, moukari, keihäs. M/N17: 100m, pituus. P/T15: 100m, pituus. P/T13: 60m, kuula. P/T11: 60m, kuula.

**Ilm:** 05.08. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 12€/laji, jälki-ilm. 20€/laji, tilille FI04 5543 0140 0009 05. Jälki-ilmoittautuminen 6.8.2019 mennessä sähköpostilla ppykei@gmail.com.

**Tied:** Tuukka Vuorinen, tuukka71@gmail.com, 050 5997961, Kimmo Kinnunen, kinnunenkimmo68@gmail.com, 050 5988992.

**Lisätiedot:** Nuorten sarjoissa (11-17v) osallistumismaksu 7 euroa/laji..

Äänekosken Urheilijat

## **Ti 13.08. Piirin myöntämä kilpailu JärviuuliCup 5**

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 17:00

**Sarjat:** P/T15: korkeus, keihäs. P/T13: korkeus, keihäs. P/T11: korkeus, keihäs. P/T9: korkeus, keihäs.

**Ilm:** 12.08. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5€/laji, jälki-ilm. 7€/laji. kilpailumaksut maksetaan käteisellä kentällä.

**WWW:** www.keuruunkisailijat.fi

Keuruun Kisailijat

## **Su 18.08. Piirin myöntämä kilpailu 52. Auliuksen Olympialaiset**

Jämsä, Paunun kenttä Paununkatu 7, 42100 Jämsä klo 11:00

**Sarjat:** M/N: 100m, 800m. M/N17: 100m, 800m. P/T15: 100m, 800m. P/T13: 60m, 1000m. P/T12: 60m, 1000m. P/T11: 60m, 1000m. P/T10: 60m, 1000m. P/T9: 40m, 1000m.

**Ilm:** 15.08. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5€/laji, jälki-ilm. 10€/laji, tilille FI5350910340029866. P/T3 20m, P/T4 40m, P/T5 40m, P/T6 40m, P/T8 40m, 1000m Papat 40m, Mummot 40m, Isät 100m, 800m, Aidit 60m, 800m ilmoittautuminen 15.8. mennessä ylläolevan kotisivun linkin kautta. Tämän jälkeen ilmoittautuminen onnistuu vain kisapaikalla 18.8 klo 9-10..

**Tied:** Miia Keskinen, miia.kaipolanvire@gmail.com, 0400 899259.

Kaipolan Vire

### **Ti 20.08. Piirin myöntämä kilpailu JärviuuliCup 6**

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 17:00

**Sarjat:** M/N: seiväs. P/T15: seiväs, kiekko. P/T13: seiväs, kiekko.

**Ilm:** 19.08. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5€/laji, jälki-ilm. 7€/laji. kilpailumaksut maksetaan käteisellä kentällä.

**WWW:** www.keuruunkisailijat.fi

Keuruun Kisailijat

### **To 22.08. Piirin myöntämä kilpailu Avoimet kaupunginmestaruuskilpailut**

Äänekoski, Liikuntapuisto klo 18:00

**Sarjat:** M/N19: 100m, 800m, korkeus, keihäs. M/N17: 100m, 800m, korkeus, keihäs.

P/T15: 100m, 800m, korkeus, keihäs. P/T13: 60m, 1000m, pituus, kuula. P/T11: 60m, 1000m, pituus, kuula. P/T9: 40m, 600m, pituus, kuula.

**Ilm:** Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8€/laji, jälki-ilm. 12€/laji, tilille FI04 5543 0140 0009 05. Jälki-ilmoittautuminen 20.8. mennessä sähköpostilla ulla.norontaus@gmail.com . Äänekoskelaisilta ei mene maksua..

**Tied:** Pertti Rahkonen, perttirahkonen1@gmail.com, 040 5835589, Tuukka Vuorinen, tuukka71@gmail.com, 050 5997961.

**Lisätiedot:** Lisälajeina M/N30+ 100m, 400m, pituus, kuula, keihäs. Ilmoittautumiset 19.8. mennessä ulla.norontaus@gmail.com.

Äänekosken Urheilijat, Suolahden Urho

### **La 24.08. pm-kilpailut pm-sisulisäviestit**

Jyväskylä, Harjun stadion klo 12:00

**Sarjat:** P/T15: 4 x 100m, 4 x 800m, 4 x 80m aj. P/T13: 4 x 100m, 4 x 600m, 4 x 60m aj.

P/T11: 4 x 50m, 4 x 600m. P/T9: 4 x 50m, 4 x 400m.

**Ilm:** 19.08. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 15€/laji, jälki-ilm. 30€/laji, tilille FI47 5089 0540 0703 59. Ilmoittautumiset VAIN sähköpostilla os. toimisto@jku.fi.

**Tied:** JKU:n toimisto, toimisto@jku.fi, 014 218031.

**WWW:** jku.fi/kilpailut/

Jyväskylän Kenttärheilijat

### **Ti 27.08. Piirin myöntämä kilpailu Elokuun kisat**

Jyväskylä, Harjun stadion klo 17:00

**Sarjat:** M: 100m, 400m, 1500m, 10000m, 110m aj, korkeus, seiväs, kuula, kiekko. N:

200m, 800m, 100m aj, korkeus, seiväs, kuula, kiekko. M17: 110m aj, 200m aj. N17: 100m aj, 200m aj. P15: 100m, 1000m, 100m aj, 200m aj, seiväs, 3-loikka, keihäs. T15: 100m, 1000m, 80m aj, 200m aj, seiväs, 3-loikka, keihäs. P/T13: 60m, 1000m, 60m aj, 200m aj, korkeus, 3-loikka, kuula. P/T11: 60m, 1000m, 60m aj, 3-loikka, keihäs. P/T9: 40m, 1000m, korkeus, pituus. M/N30: 100m, 800m, 3-loikka.

**Ilm:** 24.08. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 10€/laji, jälki-ilm. 20€/laji, tilille FI47 5089 0540 0703 59 Maksun viestiksi urheilijan nimi, seura ja sarja.. Jälki-ilm. su 25.8.2019 mennessä: toimisto@jku.fi.

**Tied:** JKU:n toimisto, toimisto@jku.fi, 014 218031.

**Lisätiedot:** M/N30 sarjan lajit on tarkoitettu kaikille aikuisurheilijoille. Ilmoittautumiset ensisijaisesti kilpailukalenterin kautta..

**WWW:** jku.fi/kilpailut/

Jyväskylän Kenttärheilijat

### **Ke 28.08. Piirin myöntämä kilpailu Paunu Games V**

Jämsä, Paunun kenttä Paununkatu 7, 42100 Jämsä klo 17:00

**Sarjat:** M/N: 100m, 3000m ej, seiväs, kuula. M/N19: 100m, 2000m ej, seiväs, kuula. M/N17: 100m, 2000m ej, seiväs, kuula. P/T15: 100m, 1500m ej, seiväs, kuula. P/T13: 60m, seiväs, kuula. P/T11: 150m, pituus, moukari. P/T9: 150m, pituus, moukari.

**Ilm:** 25.08. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8€/laji, jälki-ilm. 15€/laji, tilille FI5350910340029866. 20€/ 3 lajia, jälki-ilmoittautuneet 40€/ 3 lajia.

**Tied:** Miia Keskinen, miia.kaipolanvire@gmail.com, 0400 899259.

Kaipolan Vire

### **La 07.09. pm-kilpailut Sisulisäottelut II T/P9-13**

Äänekoski, Liikuntapuisto klo 12:00

**Sarjat:** P/T13: 5-ottelu. P/T12: 5-ottelu. P/T11: 4-ottelu. P/T10: 4-ottelu. P/T9: 4-ottelu.

**Ilm:** 03.09. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 15€/laji, jälki-ilm. 25€/laji, tilille FI04 5543 0140 0009 05. Jälki-ilmoittautuminen 4.9. mennessä sähköpostilla ulla.norontaus@gmail.com .

**Tied:** Tuukka Vuorinen, tuukka71@gmail.com, 050 5997961.

**Lisätiedot:** Ottelulajit pm II sisulisäottelussa: T/P9 4-ottelu (60m aj, korkeus, keihäs, 800m) T/P10 4-ottelu (60m aj, korkeus, keihäs, 800m) T/P11 4-ottelu (60m aj, korkeus, keihäs, 800m) T12 5-ottelu (60m aj, pituus, korkeus, keihäs, 800m) P12 5-ottelu (60m aj, pituus, keihäs, kiekko, 800m) T13 5-ottelu (60m aj, pituus, korkeus, keihäs, 800m) P13 5-ottelu (60m aj, pituus, keihäs, kiekko, 800m).

Äänekosken Urheilijat, Suolahden Urho

Ke 11.09. Piirin myöntämä kilpailu Paunu Games VI

Jämsä, Paunun kenttä Paununkatu 7, 42100 Jämsä klo 17:00

**Sarjat:** M/N: 800m, 3-loikka, moukari. M/N19: 800m, 3-loikka, moukari. M/N17: 800m, 3-loikka, moukari. P/T15: 800m, 3-loikka, moukari. P/T13: 1000m, 3-loikka, moukari. P/T11: 1000m, korkeus, keihäs. P/T9: 1000m, korkeus, keihäs.

**Ilm:** 08.09. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 8€/laji, jälki-ilm. 15€/laji, tilille FI5350910340029866. 20€/ 3 lajia, jälki-ilmoittautuneet 40€/ 3 lajia.

**Tied:** Miia Keskinen, miia.kaipolanvire@gmail.com, 0400 899259.

Kaipolan Vire

## Pe-La 13.09. - 14.09. Maantiekiisat Finlandia Marathon ja Valon Kymppi

Jyväskylä, Jyväskylän Paviljonki ja Rantaraitti klo 20:00

**Sarjat:** 13.09.: M/N: 10 km. M/N19: 10 km. 14.09.: M/N: maraton, puolimaraton. M/N40: maraton, puolimaraton. M/N45: maraton, puolimaraton. M/N50: maraton, puolimaraton. M/N55: maraton, puolimaraton. M/N60: maraton, puolimaraton. M/N65: maraton, puolimaraton.

**Ilm.maksu:** Ei annettu.

**Lisätiedot:** Tiedustelut: Keski-Suomen Liikunta / Jouni Vatanen 050-5524997, jouni.vatanen@kesli.fi tai Jyväskylän Kenttärheilijat / Markku Koistinen 040-7069195, markku.koistinen@jku.fi.

**WWW:** www.finlandiamarathon.fi/

Jyväskylän Kenttärheilijat, Keski-Suomen Liikunta

## Su 15.09. Piirin myöntämä kilpailu Keuruun Syysseiväs

Keuruu, Keuruun keskusurheilukenttä klo 11:00

**Sarjat:** M/N: seiväs. M/N22: seiväs. N19: seiväs. M/N17: seiväs. P/T15: seiväs. P/T13: seiväs. P/T11: seiväs. P/T9: seiväs.

**Ilm:** 14.09. mennessä Kilpailukalenteri.fi kautta.

**Ilm.maksu:** 5e/laji, jälki-ilm. 7e/laji. Kilpailumaksut maksetaan käteisellä kentällä.

**WWW:** www.keuruunkisailijat.fi

Keuruun Kisailijat

## Piirin nuorisokisat 9-15 -vuotiaille

Kaikki SUL:n piirit järjestävät 9 - 15 - vuotiaille tytöille ja pojille omat piiritason kilpailut maastoissa, viesteissä, moniotteluissa ja henkilökohtaisissa huipentumissa. Urheilija saa kilpailla vain syntymävuottaan vastaavassa sarjassa.

13 vuotiaiden ja nuorempien osalta piirin nuorisokisat kuuluvat SUL:n valtakunnalliseen nuorisotoimintakilpailuun. Nuorisotoimintakilpailuun lasketaan mukaan 0-13 vuotiaiden yleisurheilulisenssien lisäksi osanottopisteet piirin maastoista, viesteistä, moniotteluista I ja II, kilpäkävelyistä sekä henkilökohtaisesta huipentumasta (kts. nuorisotoimintakilpailun säännöt).

## MAASTOT su 28.4. Jämsä

kilpailaan toukokuussa tai syys-/lokakuussa seuraavilla matkoilla:

T/P9	1km
T/P10	1,5km
T/P11	1,5km
T/P12	2km
T/P13	2km
T/P14	3km
T/P15	3km

Maastot pidetään nuorille sopivassa maastossa.

## Joukkuekilpailu

Piirimaastoissa voi olla myös joukkuekilpailu em. sarjoissa. Joukkueen muodostavat kolme (3) saman sarjan juoksijaa. Joukkueen tulos on yhteenlasketut sijapisteet.

## VIESTIT la 24.8. Jyväskylä

kilpailaan seuraavissa lajeissa kesäkuussa tai elo-/syyskuussa (parittomat sarjat):

T/P9	4x400m, 8x400m	sukkulasekaviestit (joukkueessa molempia sukupuolia vähintään yksi)
T/P10-11	4x50m, 4x600m	
T/P12-13	4x100m, 4x600m, 4x60maj	
T/P14-15	4x100m, 4x800m, 4x80maj	(8kpl; 76,2cm, 12,00m, 8,00m)

Urheilija voi kilpailla kaikissa kolmessa viestissä/päivä, mutta vain yhdessä sarjassa samoissa kilpailuissa. Piiriviesteissä 9 - 15 -vuotiaille urheilija voi osallistua syntymävuottaan ylempään sarjaan. Vähintään yhden joukkueen jäsenen on kulluttava ko. ikäsarjaan.

## OTTELU

kilpailaan seuraavissa moniotteluissa kesän aikana:

### su 19.5. Jyväskylä

T/P9	3 - ottelu (40m, pituus, kuula)
T/P10	3 - ottelu (60m, pituus, kuula)
T/P11	3 - ottelu (60m, pituus, kuula)
T12	4 - ottelu (60maj, pituus, kuula, 800m)
P12	4 - ottelu (60maj, kuula, korkeus, 800m)
T13	4 - ottelu (60maj, pituus, kuula, 800m)
P13	4 - ottelu (60maj, kuula, korkeus, 800m)
T14	5 - ottelu (80maj, pituus, keihäs, korkeus, 800m)
P14	5 - ottelu (100maj, pituus, keihäs, seiväs, 1000m)
T15	5 - ottelu (80maj, pituus, keihäs, korkeus, 800m)
P15	5 - ottelu (100maj, pituus, keihäs, seiväs, 1000m)

Lisäksi sarjoissa T/P 9-13 toinen piirikohtainen ottelukilpailu seuraavilla lajeilla – HUOM! Lasketaan myös mukaan Nuorisotoimintakilpailuun:

### la 7.9. Äänekoski

T9/P9	4-ottelu (40m, korkeus, keihäs, 800m)
T10/P10	4-ottelu (60m aj, korkeus, keihäs, 800m)
T11/P11	4-ottelu (60m aj, korkeus, keihäs, 800m)
T12	5 - ottelu (60m aj, pituus, korkeus, keihäs, 800m)
P12	5 - ottelu (60m aj, pituus, keihäs, kiekko, 800m)
T13	5 - ottelu (60m aj, pituus, korkeus, keihäs, 800m)
P13	5 - ottelu (60m aj, pituus, keihäs, kiekko, 800m)

### HENKILÖKOHTAISET HUIPENTUMAT la-su 27.-28.7. Jyväskylä

1.kisapäivä

T15: 100m, 800m, 300m aj, 1500m ej, seiväs, pituus, kiekko, moukari  
T14: 100m, 800m, 300m aj, 1500m ej, seiväs, pituus, kiekko, moukari  
T13: 60m, 200m aj, 1000m, seiväs, pituus, kiekko, moukari  
T12: 60m, 200m aj, 1000m, seiväs, pituus, kiekko, moukari  
T11: 60m, 1000m, seiväs, pituus, kuula, kiekko  
T10: 60m, 1000m, seiväs, pituus, kuula, kiekko  
T9: 40m, korkeus, kuula, kiekko

.P15: 100m, 800m, 300m aj, 1500m ej, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs  
P14: 100m, 800m, 300m aj, 1500m ej, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs  
P13: 60m, 200m aj, 1000m, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs  
P12: 60m, 200m aj, 1000m, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs  
P11: 60m, 1000m, korkeus, 3-loikka, kiekko, moukari  
P10: 60m, 1000m, korkeus, 3-loikka, kiekko, moukari  
P9: 40m, korkeus, kiekko, moukari

2. kisapäivä

T15: 300m, 2000m, 80m aj, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs  
T14: 300m, 2000m, 80m aj, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs  
T13: 200m, 60m aj, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs  
T12: 200m, 60m aj, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs  
T11: 60m aj, korkeus, 3-loikka, moukari, keihäs  
T10: 60m aj, korkeus, 3-loikka, moukari, keihäs  
T9: 1000m, pituus, moukari, keihäs,

P15: 300m, 2000m, 100m aj, seiväs, pituus, kiekko, moukari  
P14: 300m, 2000m, 100m aj, seiväs, pituus, kiekko, moukari  
P13: 200m, 60m aj, seiväs, pituus, kiekko, moukari  
P12: 200m, 60m aj, seiväs, pituus, kiekko, moukari  
P11: 60m aj, seiväs, pituus, kuula, keihäs  
P10: 60m aj, seiväs, pituus, kuula, keihäs  
P9: 1000m, pituus, kuula, keihäs

Osanotto-oikeus 4 lajia/urheilija/huipentuma. Nuorisotoimintakilpailun pisteisiin lasketaan vain virallisen lajiohjelman mukaiset lajit. Lajien päiväohjelma saattaa kuitenkin vaihdella piirikohtaisesti.

### KILPAKÄVELYT

kilpailaan piirihuipentuman yhteydessä tai erillisessä tapahtumassa seuraavilla matkoilla.

T/P9 600m  
T/P10 1000m  
T/P11 1000m  
T/P12 2000m  
T/P13 2000m  
T/P14 3000m  
T/P15 3000m

# Taitomerkkirajat

Voimassa alkaen 1.1.2014

POJAT 15			TYTÖT 15			
A	B	C	A	B	C	
12,30	12,85	13,80	<b>100 m</b>	13,40	13,95	14,80
40,60	43,00	45,50	<b>300 m</b>	44,70	46,80	49,50
2.16,00	2.26,00	2.36,00	<b>800 m</b>	2.33,00	2.43,00	2.53,00
6.45,00	7.10,00	7.40,00	<b>2000 m</b>	7.40,00	8.10,00	8.40,00
5.35,00	6.00,00	6.35,00	<b>1500 m aj</b>	6.20,00	6.45,00	7.20,00
15,80	16,80	17,80	<b>100/80 m aj</b>	13,10	13,95	14,90
45,00	47,00	50,00	<b>300 m aj</b>	49,50	52,00	54,50
162	150	138	<b>korkeus</b>	149	139	126
270	245	210	<b>seiväs</b>	220	195	160
550	500	440	<b>pituus</b>	490	450	390
11,20	10,30	9,40	<b>3-loikka</b>	10,20	9,50	8,60
12,40	10,50	9,30	<b>kuula</b>	10,20	9,40	8,40
36,00	32,00	27,00	<b>kiekko</b>	28,00	24,00	19,00
36,00	31,00	25,00	<b>moukari</b>	32,00	26,00	21,00
48,00	42,00	33,00	<b>keihäs</b>	34,00	29,00	23,00
2200	1800	1300	<b>5-ottelu</b>	1900	1550	1100
18.30,00	20.00,00	22.00,00	<b>3000 m käv.</b>	19.30,00	21.00,00	23.00,00

POJAT 14			TYTÖT 14			
A	B	C	A	B	C	
12,70	13,35	14,40	<b>100 m</b>	13,55	14,15	14,90
42,00	44,60	47,30	<b>300 m</b>	45,50	47,70	50,50
2.21,00	2.31,00	2.43,00	<b>800 m</b>	2.34,00	2.44,00	2.58,00
7.00,00	7.30,00	8.10,00	<b>2000 m</b>	7.45,00	8.15,00	8.50,00
5.50,00	6.15,00	6.50,00	<b>1500 m aj</b>	6.30,00	6.55,00	7.30,00
16,60	17,60	18,80	<b>100/80 m aj</b>	13,35	14,40	15,60
46,00	48,00	51,00	<b>300 m aj</b>	50,00	52,50	55,00
156	144	131	<b>korkeus</b>	147	138	124
260	230	190	<b>seiväs</b>	210	185	150
515	465	410	<b>pituus</b>	480	445	400
10,20	9,40	8,50	<b>3-loikka</b>	9,90	9,10	8,10
11,20	9,80	8,60	<b>kuula</b>	9,80	8,80	7,70
33,00	27,00	21,00	<b>kiekko</b>	26,00	22,00	17,00
33,00	26,00	20,00	<b>moukari</b>	30,00	25,00	20,00
42,00	36,00	30,00	<b>keihäs</b>	32,00	27,00	21,00
1800	1500	1100	<b>5-ottelu</b>	1700	1400	1000
19.30,00	21.00,00	23.00,00	<b>3000 m käv.</b>	20.30,00	22.00,00	24.00,00

POJAT 13			TYTÖT 13			
A	B	C	A	B	C	
8,50	8,90	9,40	<b>60 m</b>	8,65	8,95	9,40
28,50	30,30	32,30	<b>200 m</b>	29,00	30,50	33,00
3.14,00	3.30,00	3.48,00	<b>1000 m</b>	3.26,00	3.42,00	4.10,00
10,65	11,70	12,90	<b>60 m aj</b>	10,60	11,50	13,30

33,60	36,00	39,00	<b>200 m aj</b>	34,00	36,40	40,00
147	134	119	<b>korkeus</b>	143	134	119
230	200	160	<b>seiväs</b>	205	180	145
475	430	380	<b>pituus</b>	455	430	380
9,80	9,00	8,10	<b>3-loikka</b>	9,40	9,00	7,80
11,30	9,80	8,00	<b>kuula</b>	9,80	8,90	7,50
28,00	22,00	14,00	<b>kiekko</b>	27,00	22,00	16,00
28,00	23,00	17,00	<b>moukari</b>	27,00	22,00	16,00
41,00	34,00	27,00	<b>keihäs</b>	29,00	24,00	17,50
1600	1200	750	<b>4-ottelu</b>	1350	1100	750
1875	1450	950	<b>5-ottelu</b>	1750	1425	1050
13.00,00	14.30,00	16.00,00	<b>2000 m käv.</b>	13.00,00	14.50,00	16.30,00

POJAT 12			TYTÖT 12			
A	B	C	A	B	C	
8,75	9,10	9,50	<b>60 m</b>	8,85	9,10	9,40
29,75	31,50	34,50	<b>200 m</b>	30,00	31,50	33,40
3.23,00	3.38,00	3.56,00	<b>1000 m</b>	3.33,00	3.45,00	4.04,00
11,40	12,30	13,60	<b>60 m aj</b>	11,40	12,30	13,60
34,50	37,20	41,00	<b>200 m aj</b>	35,50	38,00	42,00
138	126	113	<b>korkeus</b>	134	126	113
210	180	140	<b>seiväs</b>	200	175	140
440	405	360	<b>pituus</b>	435	405	360
9,10	8,50	7,80	<b>3-loikka</b>	8,90	8,20	7,30
9,30	8,20	6,80	<b>kuula</b>	8,80	7,90	6,80
23,00	17,00	10,00	<b>kiekko</b>	23,50	19,00	13,00
24,00	19,00	13,00	<b>moukari</b>	24,00	18,00	13,00
35,00	30,00	24,00	<b>keihäs</b>	26,00	21,00	14,00
1200	900	550	<b>4-ottelu</b>	1200	950	600
1500	1175	750	<b>5-ottelu</b>	1500	1250	875
13.30,00	15.00,00	16.30,00	<b>2000 m käv.</b>	13.30,00	15.20,00	17.00,00

POJAT 11			TYTÖT 11			
A	B	C	A	B	C	
9,05	9,35	9,70	<b>60 m</b>	9,10	9,45	9,75
3.30,00	3.43,00	4.00,00	<b>1000 m</b>	3.38,00	3.53,00	4.10,00
11,10	12,00	13,20	<b>60 m aj</b>	11,10	12,00	13,20
129	119	113	<b>korkeus</b>	128	119	113
200	180	140	<b>seiväs</b>	160	135	110
430	405	375	<b>pituus</b>	420	395	370
8,50	7,90	7,10	<b>3-loikka</b>	8,60	7,90	7,10
9,00	8,10	7,00	<b>kuula</b>	8,40	7,50	6,75
24,00	19,00	13,00	<b>kiekko</b>	19,00	15,00	10,00
21,00	17,00	12,00	<b>moukari</b>	19,00	15,00	10,00
31,00	26,00	19,00	<b>keihäs</b>	23,00	18,00	12,00
900	750	550	<b>3-ottelu</b>	850	700	550
1275	1075	800	<b>4-ottelu</b>	1200	1000	725
6.40,00	7.15,00	8.00,00	<b>1000 m käv.</b>	6.45,00	7.25,00	8.10,00



**POJAT 10**

A	B	C
9,35	9,70	10,00
3.40,00	3.53,00	4.12,00
11,90	12,90	14,10
119	109	98
180	160	135
400	375	345
8,00	7,40	6,60
7,50	6,50	5,30
19,00	15,50	11,00
19,00	15,00	10,00
26,00	21,00	15,00
775	625	450
1000	850	600
6.50,00	7.25,00	8.20,00

**POJAT 9**

A	B	C
6,85	7,05	7,35
3.48,00	4.00,00	4.15,00
109	102	89
160	140	110
370	350	325
8,00	7,40	6,60
7,25	6,40	5,40
18,00	15,00	11,00
16,00	13,00	9,00
22,00	18,00	13,00
22,00	18,00	13,00
650	525	350
850	700	450
4.15,00	4.45,00	5.20,00

**TYTÖT 10**

A	B	C
9,50	9,85	10,30
3.50,00	4.03,00	4.23,00
60 m aj	11,90	12,90
korkeus	118	109
seiväs	140	120
pituus	385	360
3-loikka	7,90	7,20
kuula	6,90	6,10
kiekko	15,00	12,50
moukari	16,00	13,00
keihäs	18,00	14,00
3-ottelu	725	600
4-ottelu	925	750
1000 m käv.	6.55,00	7.35,00
		8.20,00

**TYTÖT 9**

A	B	C
6,95	7,15	7,45
4.02,00	4.16,00	4.34,00
korkeus	106	100
seiväs	130	110
pituus	350	330
3-loikka	7,70	7,10
kuula	5,80	5,25
kiekko	14,00	11,50
moukari	14,00	12,00
keihäs	15,00	13,00
keihäs	15,00	13,00
3-ottelu	550	450
4-ottelu	725	600
600 m käv.	4.20,00	4.50,00
		5.30,00

## Nuorisotoimintakilpailu 2019

SUL nuorisotoimintakilpailu on tarkoitettu SUL:n jäsenseuroille, ja osanotto-oikeus kilpailuun on seuroilla, jotka järjestävät tulevan kesäkauden aikana seurakisaja kyseessä olevalle ikäluokalle.

Nuorisotoimintakilpailuun (13 v ja nuoremmat) huomioidaan kauden aikana hankitut yleisurheilulisenssit sekä osanottopisteet seuraavista piirien kilpailutapahtumista:

- huipentumat
- maastot
- moniottelut I ja II
- viestit
- kilpakävelyt

**PISTELASKU****HUIPENTUMAT**

- osanottopisteet 1 piste/urheilija/laji. Urheilija voi saada huipentumassa pisteitä enintään 4 lajista
- pisteitä voi saada vain SUL:n virallisen lasten lajiohjelman mukaisista lajeista.

**MAASTOT**

- osanottopisteet 2 pistettä / urheilija

**VIESTIT**

- osanottopisteet 5 pistettä / joukkue. Vähintään yhden juoksijan joukkueesta tulee olla kyseisen ikäluokan urheilijan, muut voivat olla myös tätä nuorempia.

**KILPAKÄVELYT**

- osanottopisteet 1 piste/urheilija/laji

**MONIOTTELUT (Huom ! jokaisessa ikäluokassa kauden aikana 2 moniottelua)**

- osanottopisteet 3 pistettä/urheilija/ottelu

Henkilökohtaisissa lajeissa urheilija voi saada seuralleen pisteitä vain osallistumisista oman sarjansa lajeihin.

**LISENSSIT**

- seuran hyväksi lasketaan myös seuran 30.9.2018 mennessä hankitut yleisurheilulisenssit:

o 0-7 v 0,5p/urheilija

o 8-13 v 1 p/urheilija

# Seuracup

Valtakunnallinen yleisurheilun Seuracup järjestetään vuonna 2019 jo 22. kerran. Finaalit tullaan järjestämään 31.8.2019. Seuracupissa 11-17 -vuotiaat nuoret kilpailevat ikälukokittain lähes kaikissa yleisurheilulajeissa.

## Piirikilpailut:

### Kesäkuussa (3.-30.6) I-osa la 8.6. Jyväskylä

T/P11: 60 m, 1000 m, pituus, kiekko ja 4 x 50 m viesti

T/P13: 60 m, 1000 m, korkeus, keihäs ja 4 x 100 m viesti

T/P15: 100 m, 2000 m, seiväs, kuula ja 4 x 100 m viesti

N/M17: 200 m, kolmiloikka ja kuula

### Heinä-Elokuussa (8.7-7.8) II-osa ti 6.8. Saarijärvi

T/P11: 60 m aj, 150 m, korkeus, kuula ja 4 x 600 m viesti (2T/2P)

T/P13: 60 m aj, 200 m, seiväs, kuula ja 4 x 600 m viesti (2T/2P)

T/P15: 80/100 m aj, 300 m, kolmiloikka, moukari ja 4 x 800 m viesti (2T/2P)

N/M17: 800 m, pituus ja keihäs

Lisäksi 11-15 -vuotiaiden sarjoissa (T tai P) 1000 m kilpakävely

## Finaalit (31.8)

Seuracupin finaaletta on kaikkiaan neljä: Superfinaali sekä A-, B- ja C-sarjojen finaalit. Superfinaaliin selviävät piirikisojen kaikki sarjat huomioiden 7 parasta seura + finaalin järjestävä seura. Seuracupin A-, B- ja C-sarjojen finaalieihin selviävät näiden sarjojen piirikisojen perusteella kuhunkin 15 seurajoukkuetta + finaalin järjestävä seura.

## Finaalin Lajit

T/P11: 60 m aj, 1000 m, pituus, keihäs

T/P13: 60 m aj, 1000 m, korkeus, moukari

T/P15: 100 m, 2000 m, seiväs, kuula, T tai P 1000 m kävely

N/M17: 200 m, pituus, kuula

Sukkulaviesti 16 x 60

Superfinaali                      Seinäjoen Seudun Urheilijat  
Hannu Kangas, 040 097 7881, hannu.kangas1(at)gmail.com

A-sarja                              IF Åsarna  
Pia Björkqvist, 040 559 2654, bjorkqvist.pia(at)gmail.com

B-sarja                              Imatran Urheilijat  
Lauri Asikainen, 040 762 4259, lauri.asikainen(at)pp1.inet.fi

C-sarja                              Keski-Uudenmaan Yleisurheilu  
Maisa Grästen, 050 530 5170, maisa.grasten(at)gmail.com

## Seuracup 2019 / Kesä

Mukaan tulevan seuran joukkueen ilmoittautumismaksu on 200 euroa. Sisältää seuran 18 – 36 urheilijan viralliset pisteisiin laskettavat lajit. Ylimääräisten lajien lisämaksu on viisi (5) euroa / laji. Muiden mukaan tulevien Kesyn seurojen urheilijoiden, sekä joukkuemaksun maksaneiden seurojen urheilijat, jotka eivät ole mahtuneet joukkueeseen ensimmäisen lajin ilmoittautumismaksut on 10 euroa. Lisälaji 5 euroa. Jälki-ilmoittautuminen / lajinvaihto 15 euroa.

Seurojen tulee ilmoittaa virallinen urheilija / laji ilmoittautumisen yhteydessä. Myös niiden seurojen joiden joukkue on pienempi kuin 18 urheilijaa. Osallistumisoikeus urheilijalla on yhteen lajiin ja viestiin. Muihin lisälajeihin osallistumismaksut ovat yllä olevan mukaiset.

Kilpailupaikat ja ajankohdat:

Seuracup I la 8.6. Jyväskylä, Seuracup II ti 6.8. Saarijärvi

# Silja Line Seurakisat



Silja Line Seurakisat on yleisurheiluseurojen paikallistason kilpailumuoto. Se on kisa, jossa kilpailemista voi harjoitella ja kokeilla turvallisesti. Monelle seurakisa on ensimmäinen kisakokemus.

Seurakisojen järjestämisessä paikalliset olosuhteet muovaavat kilpailun toteutusmallin sopivaksi järjestävälle seuralle.

## Silja Line Seurakisojen periaatteet

- Lapsia rohkaistaan monipuoliseen harrastamiseen ja tasapuolisesti kaikkiin yleisurheilulajeihin
- Perhekeskeisyyttä korostetaan ottamalla vanhemmat mukaan aktiivisiksi toimijoiksi
- Kaikki lapset ovat yhtä tärkeitä ryhmässä – kannustetaan kaikkia oppimaan omassa tahdissa
- Palkitaan ahkeruudesta, hyvästä kehityksestä, toisten huomioimisesta ja kovasta yrityksestä
- Kisat ja harjoitukset tehdään lapsille – jämäkästi ohjaten ja samalla liikunnan ilo huomioiden
- Lapset, vanhemmat ja ohjaajat ovat tietoisia ryhmän pelisääntöistä ja noudattavat niitä
- Seurakisoissa noudatetaan alle 13 -vuotiaiden lasten kilpailusääntöjä

## Miten mukaan?

- Ilmoita seurakisasi Suomen Urheiluliiton Silja Line Seurakisat –ketjuun ympäri vuoden osoitteessa [www.kilpailukalenteri.fi/seurahaku/](http://www.kilpailukalenteri.fi/seurahaku/).
- Seurakisat eivät ole tilastokelpoisia.
- Yhteistyökumppanimme Silja Linen myötä hyväksymme järjestelmään vain nimellä "Silja Line seurakisat" tai "seurakisat" ilmoitetut kisat.
- Hyödynnä kilpailukalenterin karttahuu- palvelu kirjaamalla hakulomakkeeseen tarkka sijaintitieto.
- Julkaisemme seurakisat kilpailukalenteri.fi ja seurakisat.fi sivustoilla. Näin myös paikkakuntasi kesälomalaiset saavat tiedon kisoista ja voivat tulla mukaan!

## Tervetuloa mukaan!

Kysy lisää: Suomen Urheiluliitto, Yrjö Kelhä, [yrjo.kelha\(at\)sul.fi](mailto:yrjo.kelha(at)sul.fi), 040 5883 894

# Hese-kisa

Hese-kisa on 5-6 luokkalaisille järjestettävä yleisurheilun joukkuekisa, jossa kisataan 12 henkisin joukkuein koulun, paikkakunnan, piirien ja valtakunnan mestaruuksista. Valtakunnallinen finaali järjestetään vuonna 2019 Tampereella, jossa piirikisojen voittajat kamppailevat Hese-kisa mestaruudesta.



## Keski- Suomen piirikisa:

**Keskiviikkona 24.4.2018 (klo 10.00), Jyväskylä, Hipposhalli**

Ilmoittautumiset kisaan osoitteessa:

<https://www.yleisurheilurekisteri.fi>, palvelutunnuskella 2019HESE

Lisätiedot JKU:n toimisto: [toimisto@jku.fi](mailto:toimisto@jku.fi) p.014 218 031

## Valtakunnallinen finaali: toukokuussa 2019 Tampereella

### Kisalajit

- 1) Sukkulaviesti 12 x 60 metriä: Kuusi tyttöä ja kuusi poikaa juoksevat. Tytöt juoksevat samaan aikaan ja pojat samaan aikaan. Tytöt ovat sukkulaviestin ankkureita. Vaihto tapahtuu käsikosketuksella viirikepin takaa.
- 2) Pituushyppy: Hypätään metrin ponnistusalueelta. Mittaus suoritetaan ponnistuslajista alastulojälkeen.
- 3) Junnukeihäs: Keihästä heitetään 350 gramman muovisella junnukeihäällä. Keihäs heitetään yhdellä kädellä olkapään yli. Heittoon saa ottaa vauhtia.
- 4) Kierrosviesti 12 x ratakierros. Jokainen joukkueen jäsen juoksee yhden kierroksen. Kierroksen pituus määräytyy kentän mukaan. Kierrosviestin aloittaa tytöt, ja ankkuriosuuden juoksevat pojat. Tytöt juoksevat samaan aikaan ja pojat samaan aikaan.

Kisasäännöt, lisätietoja palkinnoista ja muita tarkennuksia löydät SUL:n nettisivuilta tai suoraan osoitteesta

<http://www.yleisurheilu.fi/lapset-ja-nuoret/koulu/koululaiskilpailu>

Kisat ovat täysin maksuttomia ja kaikki halukkaat koulut saavat osallistua Hese-kisoihin! Hese-kisat ovat osa Suomen Urheiluliiton ja Hesburgerin H-hetki koulu-liikuntaohjelmaa.

# Yleisurheilun lajikarnevaalit 2019

Kaikki yleisurheilun lajikarnevaalit järjestetään 27.-30.6. 2019 poislukien moniot-teluiden karnevaali, joka oli Liikuntakeskus Pajulahdessa 29.-31.3. 2019.

Yleisurheilulajien harrastajat ja kovimmat nimet kohtaavat tapahtumissa, joissa vaihdetaan tämän hetken kuuminta yleisurheilutietoa ja harjoitellaan ja kilpaillaan hyvissä olosuhteissa. Yleisurheilun lajikarnevaalit ovat kilpailujen lisäksi erinomai-nen leiritys- ja koulutustapahtuma niin urheilijoille, vanhemmille kuin seurojen ohjaajille ja valmentajille.

Kohderyhmänä ovat yli 10-vuotiaat yleisurheilijat sekä heidän taustajoukkonsa kautta maan. Alueellisille nuorten maajoukkueille (ANMJ-leiriläiset) lajikarnevaalit ovat kauden viimeinen leiri. Myös piirileiri-ikäisten urheilijoiden kalenteriin lajika-rnevaalit on vahvasti merkitty. Karnevaaleilla on myös ulkomaalaisia osallistujia.

Kouluttajina toimivat Suomen Urheiluliiton (SUL:n) valmentajat sekä muut asian-tuntevat valmentajat. Lisäksi lajikarnevaaleilla on mukana myös urheilijavieraita. Lajikarnevaalit alkavat pääsääntöisesti nuorten sarjojen kilpailulla torstaina. Sen jälkeen lajikarnevaalit jatkuvat leirityyppisenä sunnuntaihin saakka.

## Ohjaajille, valmentajille ja urheilijoiden vanhemmille tarjolla koulutusta

Urheilijoiden vanhemmille, ohjaajille ja valmentajille on oma ohjelmansa karnevaaleilla. Ohjelmasta vastaa vanhempainryhmän rehtori yhteistyössä karnevaalirehtori-n ja SUL:n kanssa. Ohjelmassa on mm. harjoitusten seurantaa johdetusti sekä luento- ja keskustelutilaisuuksia. Koulutus sisältää sekä yleisiä että lajikohtaisia asioita nuorisovalmennuksen toteuttamisesta. Nämä tilaisuudet ovat avoimia kaikille leiriläisten vanhemmille ja valmentajille.

## Kannuste valmentajille ja seuroille

Jos valmentajan urheilijoista tulee kahdeksan (8) urheilijaa saman karnevaalin lei-rille (yhdestä seurasta tai omia valmennettavia useammasta seurasta), tarjotaan ryhmän valmentajalle ilmaisopaketti (koulumajoitus tai vastaava sekä ruokailut lei-riohjelman ja valmentajaryhmän koulutuksen lisäksi). Urheilijat ilmoittautuvat nor-maalisti järjestäjien kotisivulla olevien ohjeiden mukaisesti. Ryhmän valmentaja ilmoittautuu osoitteeseen tapio.rajamaki(at)sul.fi

## Mitä tarvitset mukaan?

Ota mukaan urheiluvälineet, vapaa-ajan asusteet ja yöpymistä varten makuupussi tai vastaava. Patja ja petipaikka tulevat meiltä. Halutessasi toki voit ottaa oman patjan mukaan. Ota mukaan myös peseytymisvälineet, uima-asu sekä tietenkin aimo annos urheilumieltä.

## Mitä maksaa?

Urheilijan lajikarnevaalipaketti maksaa 160 € sisältäen leirin (to-su), koulutuksen, kilpailumaksun yhteen kilpailuun, ruokailut, koulumajoituksen tai vastaavan ja T-paidan. Vanhempainryhmän hinta lajikarnevaaleista on 140 €. Vanhempainryhmän paketti sisältää samat asiat kuin urheilijankin leiripaketti (poislukien kilpailumak-sun). Tiedustele itsellesi ja vanhemillesi myös muita majoitusvaihtoehtoja. 160 euron karnevaalihinta on toukokuun loppuun saakka. Kesäkuun ensimmäisestä päivästä alkaen jälki-ilmoittautumismaksu on 185 euroa. Ilmoittaudu siis ajoissa!

## Kuinka ilmoittaudut?

Ilmoittautuminen tapahtuu järjestäjien kotisivulla olevien ohjeiden mukaisesti. Lisä-tietoja Tapio Rajamäki, 040 740 8300, tapio.rajamaki@sul.fi

## YHTEYSTIEDOT JA ILMOITTAUTUMINEN:

[www.yleisurheilu.fi/lapset-ja-nuoret/tapahtumat/lajikarnevaalit/karnevaaliaikataulu](http://www.yleisurheilu.fi/lapset-ja-nuoret/tapahtumat/lajikarnevaalit/karnevaaliaikataulu)

## Yleisurheilulisenssi

Suomen Urheiluliiton liittovaltuuston päätöksellä lisenssi on pakollinen kilpailulupa kaikissa virallisissa yleisurheilukilpailuissa.

Yleisurheilulisenssien ja Sporttiturvan hinnat kaudelle 2019 ovat 1.10.2018 alkaen

### Yleisurheilulisenssien ja Sporttiturvan hinnat ovat;

**2005 tai aiemmin** syntyneet **30 euroa** (+mahdollinen vakuutus) (14-vuotiaat ja yli; ei sisällä vakuutusta; vakuutuksen voi ostaa erikseen)

- Sporttiturva 2005–2002-syntyneet + 20 euroa (14–17-vuotiaat) C-vakuutus

- Sporttiturva 2001–2000-syntyneet + 29 euroa (18–19-vuotiaat) B-vakuutus

- Sporttiturva 1999 ja aiemmin synt. + 120 euroa (20-vuotiaat ja vanhemmat) A-vakuutus

**2006–2011** aikana syntyneet **20 euroa**

(8–13-vuotiaat; sisältää Sporttiturva-vakuutuksen)

**2012 ja myöhemmin** syntyneet **10 euroa**

(7-vuotiaat ja alle; sisältää Sporttiturva-vakuutuksen)

Voimassaoloaika

Yleisurheilulisenssi ja Sporttiturva ovat voimassa 1.10.2018 - 30.09.2019



## Kunniakierros 2019

### KUNNIAKIERROS JO 38. KERRAN!

Kunniakierros on Suomen Urheiluliiton ja sen jäsenseurojen yhteinen varainkeruukampanja, jonka urheiluseurat organisoivat paikallisesti. Kunniakierrosperinne on jatkunut jo yli 36 vuotta ja seurat ovat keränneet varoja toimintaansa yli 33 miljoonaa euroa. Kampanjan tuotto käytetään yleisurheilutyöhön seuroissa, piireissä ja SUL:ssa.

Kunniakierroksen ideana on haastaa seuraväki keräämään tukijoita yrityksiltä ja yksityishenkilöiltä. Keräys huipentuu seuran yhteiseen kunniakierrostapahtumaan loppukevään ja alkukesän aikana. Keräys tapahtuu keräyslomakkeilla tai Kunniakierros-sovelluksen avulla. Minimi tukisumma on 15 euroa ja käteismaksuja ei saa kerätä. Luvatuista tukisummista lähetetään laskut sähköpostitse tai paperipostina kunniakierrostapahtuman jälkeen.

### Tiedustelut:

Jaakko Kivelä  
kunniakierrospäällikkö  
puh. 044 7878 788  
[jaakko.kivela@sul.fi](mailto:jaakko.kivela@sul.fi)



# Yleisurheilun Seuralliiga 2019

\*Kauden 2019 Yleisurheilun seuralliiga päättyy SM-viesteihin 8.9.2019.

## Yleisurheilun seuralliigassa Suomen Urheiluliiton jäsen seurat luokitellaan seurojen kokoamien pisteiden perusteella seuraaviin luokkiin:

Superliiga 20 parasta seuraa  
Ykkösliga 50 seuraavaksi parasta seuraa  
Kakkosliiga 100 seuraavaksi parasta seuraa  
Kolmosliiga loput seurat

## Seuralliigaan huomioidaan pisteet seuraavista lähteistä:

\*SM-pisteet: Mestaruuskilpailujen kahdeksalle (8) parhaalle sijalukujen mukaisesti 9, 7, 6, 5, 4, 3, 2 ja 1 pistettä seuraavista lajeista: miesten ja naisten henkilökohtaiset lajit ja viestit. Mestaruuskilpailujen kuudelle (6) parhaalle sijalukujen mukaisesti 7, 5, 4, 3, 2 ja 1 pistettä seuraavista lajeista: sarjojen M, N maastojuoksun joukkuelajit sekä sarjojen M22, M19, M17, M16, N22, N19, N17 ja N16 kaikki lajit

\*P/T15,14-sarjojen SM-kilpailujen pisteet (7-5-4-3-2-1). Seuralliigapisteisiin huomioidava pistemäärä on seuran keräämien kisapisteiden summa jaettuna kahdella.

\*Seuran 14-vuotiaiden ja sitä vanhempien yleisurheilulisenssien määrä. Seuralliigan huomioidaan lisenssit, jotka on lunastettu viimeistään SM-viestien viimeisenä ilmoittautuspäivänä 31.8.

\*Seuran 14-vuotiaiden ja sitä vanhempien tulospisteiden määrä

\*Tulospisteet

Yleisurheilun seuralliigaan huomioidaan 14-vuotiaiden ja sitä vanhempien urheilijoiden keräämät tulospisteet. Urheilija voi saada pisteitä vain yhdestä oman ikäluokan tai yleisen sarjan lajista, joka esiintyy seuralliigan pistetaulukossa. Tulospisteisiin oikeuttavan kilpailun tulee olla virallinen ja tilastokelpoinen sekä urheilijalla tulee olla tällöin voimassa oleva yleisurheilulisenssi.

## YLEISURHEILUN SEURALIIGAN PALKINNOT 2019

Superliigassa palkitaan kymmenen parasta seuraa. Muissa sarjoissa palkitaan paras jokaisesta kolmesta muusta liigasta.

\*Superliigan 10 parasta  
I 15 000e II 13 000e III 11 000e IV 9 000e V 8000e VI 7 000e VII 6 000e VIII 5 000e IX 4 500e X 4 000e

\*Ykkösligan paras: 3 000e

\*Kakkosliigan paras: 2 500e

\*Kolmosliigan paras: 2 000e

# Kilpailu Kalevan maljasta

Kalevan Maljan voittaa kalenterivuositteittain ulkoratojen Suomen mestaruuskilpailuissa eniten SM-pisteitä kerännyt seura. Voittanut seura saa omakseen Kalevan Maljan hopeisen pienoismallin sekä rahapalkinnon, jonka suuruuden SUL:n hallitus vahvistaa vuosittain.

Vuonna 2019 Kalevan Malja -kilpailun voittanut seura saa 5 000 euroa.

SM-pisteitä ei jaeta hallikauden SM-kilpailuista eikä myöskään ulkoratojen P/T 15- ja 14-sarjojen SM-lajeista. Huom! Pitkien heittojen talvimestaruuskilpailut lasketaan kuuluviksi hallikauteen.

## ***Kalevan Maljan pisteiden (SM-pisteiden) jakaminen:***

Mestaruuskilpailujen 8 parhaalle sijalukujen mukaisesti 9, 7, 6, 5, 4, 3, 2 ja 1 pistettä seuraavista lajeista:

\* miesten ja naisten henkilökohtaiset lajit ja viestit

Mestaruuskilpailujen 6 parhaalle sijalukujen mukaisesti 7, 5, 4, 3, 2 ja 1 pistettä seuraavista lajeista:

\* sarjojen M ja N maastojuoksun joukkuelajit

\* sarjojen M22, M19, M17, M16, N22, N19, N17 ja N16 kaikki lajit

Jos Kalevan Malja -kilpailun ensimmäisestä sijasta on pisteissä tasatilanne, voittajaksi julistetaan seura, jolla on vuoden aikana ollut SM-pisteitä antavissa lajeissa enemmän ykkössijoja. Jos tasatilanne edelleen jatkuu, voittajaksi tulee seura, jolla on enemmän kakkossijoja, jne.

Kilpailujen järjestäjien tehtävänä on laatia lajikohtaisesti luettelo jaettavana olleiden pisteiden jakautumisesta seurojen kesken sekä liittää se kilpailun viralliseen tuloluetteloon. Mukaan tulee liittää myös yhteenveto jakamatta jääneistä pisteistä.

# TULOSPISTEET

	25 pist.	20 pist.	16 pist.	12 pist.	9 pist.		7 pist.	5 pist.	3 pist.	2. pist.	1 pist.	Miehet
<b>Miehet</b>		<b>SM-ik</b>		<b>M-ik</b>			<b>A-ik</b>	<b>B-ik</b>	<b>C-ik/A-ik</b>	<b>B-ik</b>		
100 m	10,05	10,25	10,38	10,50	10,70		10,90	11,20	11,50	12,10	12,60	100 m
200 m	20,10	20,55	20,85	21,25	21,60		22,00	22,60	23,30	24,50	26,00	200 m
300 m /P15										39,50	41,25	300 m /P15
400 m	45,00	45,80	46,50	47,25	48,00		49,00	51,00	53,00	56,00	59,00	400 m
800 m	1.44,50	1.46,00	1.47,25	1.49,75	1.51,25		1.53,00	1.57,50	2.01,00	2.12,00	2.20,00	800 m
1500 m	3.33,00	3.37,00	3.40,00	3.44,00	3.48,00		3.52,50	4.00,00	4.18,00	4.35,00	4.50,00	1500 m
2000m										6,00,00	7,00,00	2000m
3000 m	7.42,00	7.50,00	8.00,00	8.10,00	8.15,00		8.27,50	8.45,00	9.30,00	10.00,00	10.30,00	3000 m
5000 m	13.10,00	13.25,00	13.50,00	14.00,00	14.15,00		14.40,00	15.15,00	16.35,00	17.45,00	19.00,00	5000 m
10000 m	27.30,00	28.25,00	29.00,00	29.30,00	30.00,00		30.45,00	31.45,00	34.00,00	37.00,00	40.00,00	10000 m
1500 m ej/P15										5,35,00	6,00,00	1500 m ej/P15
2000m ej/M17								6,30,00	7,00,00	7,30,00	8,00,00	2000m ej/M17
3000 m ej	8.12,50	8.35,00	8.45,00	8.55,00	9.10,00		9.25,00	10.00,00	10.30,00	11.30,00	12.30,00	3000 m ej
110 m aj.	13,20	13,55	13,90	14,25	14,75		15,10	15,75	16,30	18,00	20,00	110 m aj.
110m aj/M19								15,00	16,00	17,00	18,00	110m aj/M19
110m aj/M17								14,60	15,25	16,00	17,50	110m aj/M17
100 m aj./P15										15,10	15,90	100 m aj./P15
300 m aj.										46,00	49,00	300 m aj.
400 m aj.	48,50	49,80	50,50	52,00	53,50		55,00	57,50	60,00	65,00	70,00	400 m aj.
Korkeus	234	226	220	213	208		202	195	183	170	155	Korkeus
Seiväs	585	560	545	520	500		475	440	390	320	260	Seiväs
Pituus	830	805	785	760	740		710	680	640	580	510	Pituus
Kolmiloikka	17,30	16,75	16,30	15,70	15,30		14,75	14,00	12,75	11,75	10,50	Kolmiloikka
Kuula	21,25	19,70	19,20	18,50	17,50		16,00	15,00	13,75	12,50	11,00	Kuula
Kuula/M17								15,75	14,25	12,50	11,00	Kuula/M17
Kiekko	67,00	62,75	60,00	57,50	55,00		51,00	46,00	40,00	35,00	30,00	Kiekko
Kiekko/M17								47,50	42,50	35,00	30,00	Kiekko/M17
Moukari	80,00	75,00	73,00	70,00	65,00		60,00	52,00	42,00	35,00	25,00	Moukari
Moukari/M17,19								57,00	48,00	35,00	25,00	Moukari/M17,19
Moukari/P15										48,00	40,00	Moukari/P15
Keihäs	86,50	82,00	80,00	77,00	74,00		70,00	65,00	58,00	50,00	42,00	Keihäs
5-ottelu/P15										2300	1700	5-ottelu/P15
10-ottelu	8400	8000	7750	7400	7000		6350	5800	5300	4700	4000	10-ottelu
1/2 maratona	59,45	1.01,45	1.03,00	1.04,30	1.06,15		1.09,30	1.16,00	1.24,00	1.33,00	1.42,00	1/2 maratona
Maraton	2.07,00	2.12,00	2.15,00	2.18,00	2.23,00		2.30,00	2.45,00	3.05,00	3.25,00	3.45,00	Maraton
3000m käv/P15										17,00,00	20,30,00	3000m käv/P15
5000m käv/M17								23,00,00	25,00,00	28,00,00	30,00,00	5000m käv/M17
10km käv/M17							46,00	48,00	52,00	59,00	1.06,00	10km käv/M17
20km käv/M19,22	1.20,30	1.23,00	1.25,30	1.28,00	1.31,00		1.34,00	1.39,00	1.45,00	1.55,00	2.10,00	20km käv/M19,22
30km käv	2.09,00	2.12,00	2.15,00	2.18,00	2.21,00		2.26,00	2.31,00	2.42,00	2.58,00	3.15,00	30km käv
50km käv	3.43,00	3.49,00	3.55,00	4.00,00	4.05,00		4.12,00	4.25,00	4.40,00	4.56,00	5.20,00	50km käv



## Naiset

	<b>25 pist.</b>	<b>SM-ik 20 pist.</b>	<b>16 pist.</b>	<b>M-ik 12 pist.</b>	<b>9 pist</b>	<b>A-ik 7 pist.</b>	<b>B-ik 5 pist.</b>	<b>C-ik/A-ik 3 pist.</b>	<b>B-ik 2.pist.</b>	<b>1 pist.</b>	<b>Naiset</b>		
100 m	11,05	11,35	11,55	11,75	12,00	12,30	12,50	12,80	13,25	14,00	100 m		
200 m	22,25	23,00	23,40	23,90	24,50	25,20	25,80	26,75	28,25	29,50	200 m		
300 m									45,00	49,00	300 m		
400 m	50,50	52,00	53,00	54,25	55,50	57,25	60,00	61,75	65,00	70,00	400 m		
800 m	1.59,00	2.01,00	2.02,50	2.06,00	2.10,00	2.14,00	2.16,00	2.22,00	2.28,00	2.40,00	800 m		
1500 m	4.02,00	4.08,00	4.12,50	4.17,50	4.22,50	4.37,50	4.50,00	5.07,50	5.35,00	6.00,00	1500 m		
2000m									7.20,00	8.00,00	2000 m		
3000 m	8.42,50	9.00,00	9.15,00	9.35,00	9.50,00	10.05,00	10.45,00	11.30,00	13.00,00	14.30,00	3000 m		
5000 m	14.45,00	15.20,00	15.45,00	16.15,00	16.50,00	17.30,00	18.15,00	19.30,00	21.00,00	23.00,00	5000 m		
10000 m	31.00,00	33.00,00	33.45,00	34.50,00	36.00,00	37.15,00	39.00,00	41.30,00	44.00,00	48.00,00	10000 m		
1500m ej/T15									6.00,00	7.00,00	1500m ej/T15		
2000m ej/N17							7.35,00	8.00,00	8.30,00	9.00,00	2000m ej/N17		
3000 m ej	9.25,00	9.40,00	9.55,00	10.15,00	10.45,00	11.15,00	12.00,00	13.00,00	14.30,00	16.00,00	3000 m ej		
80 m aj.									13,00	14,50	80 m aj.		
100 m aj.	12,70	13,00	13,45	13,75	14,25	14,75	15,35	16,00	17,50	19,00	100 m aj.		
100m aj/ N17							14,50	15,25	16,75	18,00	100m aj/ N17		
300 m aj.									50,00	55,00	300 m aj.		
400 m aj.	54,50	56,00	57,00	58,75	61,00	64,00	68,00	72,00	75,00	80,00	400 m aj.		
Korkeus	199	190	186	180	176	170	165	158	150	140	Korkeus		
Seiväs	475	450	430	410	380	360	325	300	260	220	Seiväs		
Pituus	690	660	635	615	600	575	550	530	500	450	Pituus		
Kolmiloikka	14,50	14,00	13,60	13,00	12,70	12,20	11,50	10,75	10,25	9,50	Kolmiloikka		
Kuula	19,25	17,25	16,25	15,25	14,25	13,00	12,00	11,00	10,00	9,00	Kuula		
Kuula/N17									13,25	12,50	11,00	9,50	Kuula/N17
Kiekko	66,00	59,00	56,00	53,00	50,00	43,50	39,00	34,00	28,00	24,00	Kiekko		
Moukari	75,00	69,00	66,50	63,00	59,00	54,00	47,00	40,00	34,00	24,00	Moukari		
Moukari/N17									55,00	48,00	39,00	33,00	Moukari/N17
Keihäs	65,00	60,00	56,50	53,00	49,00	45,00	42,50	38,00	32,00	24,00	Keihäs		
5-ottelu/T15									2200	1700	5-ottelu/T15		
7-ottelu	6400	6000	5750	5400	5000	4600	4000	3500	3000	2300	7-ottelu		
7-ottelu/N17							4800	4200	3400	2600	7-ottelu/N17		
1/2 maraton	1.08,00	1.09,45	1.12,30	1.17,30	1.20,45	1.23,00	1.27,00	1.33,00	1.41,30	1.47,30	1/2 maraton		
Maraton	2.25,00	2.28,00	2.35,00	2.47,30	2.55,00	3.00,00	3.10,00	3.25,00	3.45,00	4.00,00	Maraton		
3000m käv/T15									18.00,00	21.30,00	3000m käv/T15		
5000m käv/N17,19,22							25.30,00	27.00,00	30.00,00	35.00,00	5000m käv/N17,19,22		
10km käv/N17,19	43.00	45.00	47.00	49.00	51.00	53.30	56.00	59.30	1.05.00	1.10.00	10km käv/N17,19		
20km käv/N22	1.29.30	1.32.00	1.35.00	1.37.00	1.41.00	1.46.00	1.52.00	1.59.00	2.07.00	2.18.00	20km käv/N22		
50km käv	4.08.00	4.15.00	4.22.00	4.29.00	4.36.00	4.43.00	4.56.00	5.10.00	5.30.00	5.50.00	50km käv		

**Viestit**

M 4 x 100 m	39,00	39,99	40,50	41,00	42,25
M 4 x 400 m	3.07,50	3.11,00	3.14,00	3.17,50	3.22,00
M 4 x 800 m	7.05,00	7.12,00	7.20,00	7.30,00	7.45,00
M 4 x 1500 m	14.50,00	15.05,00	15.20,00	15.30,00	15.45,00
M 3x3000m käv	37.00	38.00	39.30	41.00	43.00
M 17 4 x 300 m					
M17/19 3 x 800 m					
M17/19 4 x 100 m aj.					
P15 4 x 80 m aj.					
P15 4 x 800 m					

N 4 x 100 m	43,00	44,00	45,00	46,00	47,25
N 4 x 400 m	3.26,00	3.30,00	3.34,00	3.40,00	3.50,00
N 4 x 800 m	8.15,00	8.25,00	8.35,00	8.50,00	9.30,00
N 3x3000m käv	39.00	40.00	41.30	43.00	45.00
N17 4 x 300 m					
N17/19 3 x 800 m					
N17/19 4 x 100 m aj.					
T15 4 x 80 m aj.					
T15 4 x 800 m					

<b>7 pist.</b>	<b>5 pist.</b>	<b>3 pist.</b>	<b>2.pist.</b>	<b>1 pist.</b>	<b>Viestit</b>
43.50	45,50	46,50	50,00	52,00	M 4 x 100 m
3.27,50	3.35,00	3.47,50	4.00,00	4.15,00	M 4 x 400 m
8.10,00	8.35,00	9.00,00	9.45,00	10.30,00	M 4 x 800 m
16.30,00	17.00,00	17.30,00	18.00,00	18.30,00	M 4 x 1500 m
45.00	48.00	51.00	54.00	57.00	M 3x3000m käv
	2.30,00	2.37,50	2.45,00	3.00,00	M 17 4 x 300 m
	6.25,00	6.37,50	6.50,00	7.10,00	M17/19 3 x 800 m
	57,50	60,00	65,00	72,00	M17/19 4x100 m aj.
			50,00	55,00	P15 4 x 80 m aj.
			9.30,00	10.15,00	P15 4 x 800 m
49,00	50,50	53,00	55,00	58,00	N 4 x 100 m
4.10,00	4.20,00	4.30,00	4.40,00	4.50,00	N 4 x 400 m
10.00,00	10.10,00	10.20,00	10.30,00	10.45,00	N 4 x 800 m
47.00	50.00	53.00	56.00	59.00	N 3x3000m käv
	2.50,00	3.00,00	3.15,00	3.30,00	N17 4 x 300 m
	7.20,00	7.45,00	8.10,00	8.30,00	N17/19 3 x 800 m
	60,00	64,00	68,00	75,00	N17/19 4x100 m aj.
			52,00	56,00	T15 4 x 80 m aj.
			10.15,00	10.30,00	T15 4 x 800 m

# Keski-Suomen Yleisurheilu ry Seuraliiga 2019

Sijoitus		Kalevan malja	Luokka urheilijat	SM 14-15	Lisenssit	Yht	2017	Muutos	
Suomi	K.S								
		<b>Superliiga</b>							
1	1	Jyväskylä Kenttärheilijat	414	808	56.5	337	1615.5	1481.25	134.25
		<b>Ykkösliga</b>							
46	2	Äänekosken Urheilijat	58	74	2.5	29	163.5	105	58.5
		<b>Kakkosliiga</b>							
65	3	Kaipolan Vire	10	63	8	27	108	98	10
73	4	Saarjärven Pullistus	38	39	1	13	91	65	26
85	5	Pihtiputaan Tuisku	21	27	11.5	17	76.5	68.5	8
105	6	Suolahden Urho	30	19	2	8	59	70	-11
110	7	Keuruun Kisailijat	9	40	0	8	57	75	-18
194	8	Hankasalmen Hanka	4	11	0	5	20	34	-14
		<b>Kolmosliiga</b>							
210	9	Viitasaaren Viesti	0	6	4	7	17	30	-13
211	10	Karstulan Kiva	5	7	0	4	16	16	0
228	11	Vaajakosken Kuohu	0	11	0	3	14	19	-5
233	12	Jämsänkosken Ilves	0	7	2.5	4	13.5	7	6.5
239	13	Multian Jyske	0	4	0	7	11	13	-2
266	14	Pykkönmäen Yrittävä	0	2	0	5	7	5	2
287	15	Kyyjärven Kyky	0	3	0	2	5	5	0
296	16	Kivijärven Kivekkäät	0	2	0	2	4	3	1
312	17	Laukaan Urheilijat	0	0	0	3	3	1	2
324	18	Kannonkosken Kiho	0	0	0	2	2	7	-5
332	19	Konneveden Urheilijat	0	0	0	1	1	0	1
332	19	Muuramen Yritys	0	0	0	1	1	5	-4
332	19	Kinnulan Kimmot	0	0	0	1	1	1	0
		Petäjäveden Petäjäiset	0	0	0	0	0	8	-8
		<b>Yhteensä</b>	<b>589</b>	<b>1123</b>	<b>88</b>	<b>486</b>	<b>2286</b>	<b>2116.75</b>	<b>169.25</b>
		Pisteet 2017	<b>535</b>	<b>1075</b>	<b>96.75</b>	<b>410</b>	<b>2116.75</b>		

## KeSy:n kannusteet 2019

### Urheilijoille:

#### Bonusrahat läntisen alueen aluemestaruuskisoissa tai Keski-Suomen pm-kisoissa

Keski-Suomen Yleisurheilu palkitsee yleisen sarjan aluemestaruuskisojen 10 parasta tulosta tehnyttä keskisuomalaista urheilijaa stipendeillä eliittikilpailuissa käytettävän taulukon mukaan (huom. pistemäärä oltava vähintään 800):

1. 500 €	2. 350 €	3. 250 €	4. 200 €	5. 100 €
6. 100 €	7. 85 €	8. 85 €	9. 85 €	10. 85 €

### Valmentajille:

#### Valmentajakilpailu

Kilpailu on yksivuotinen ja käsittää vuoden 2019 SM –kilpailut (pl. 14-15-vuotiaiden SM –kilpailut). Kilpailuun ovat oikeutettuja osallistumaan kaikki Kesyn jäsen-seurojen urheilijoita valmentavat pl. SUL:n lajivalmentajat ja –kouluttajat tai henkilökuunta. Jokaisella urheilijalla on maksimissaan yksi nimetty valmentaja.

Valmentajakilpailuissa valmentaja saa pisteitä yhtä monta kuin hänen urheilijansa SM –kilpailuissa. Yleisen sarjan urheilijoita valmentavia hyvitetään valmentajakilpailun pisteissä kertoimella 1,5. Täten esim. Kalevan Kisan voittajan valmentaja saa kilpailussa pisteitä 9x1,5= 13,5 pistettä.

Joukkuekilpailuiden ja SM –kilpailuiden pisteet jaetaan samassa suhteessa kuin valmentajalla oli urheilijoita joukkueessa. Esimerkiksi SM –viestin N19 sarjan kuudennesta sijasta yksi osuus on 0,25 pistettä.

Kilpailun palkintopyramidi on seuraava

- 300 € lahjakortti
- 200 € lahjakortti
- 150 € lahjakortti

Lisäksi suositellaan urheilijoille, että he antaisivat 20% seuran myöntämästä stipendistä ja kilpailupalkkioista henkilökohtaisen valmentajan käyttöön.

# Suomen Urheiluliiton (SUL) edustussäännöt

## 1 § Kilpailukelpoisuus

Kilpailukelpoinen Suomen Urheiluliiton alaisessa kilpailutoiminnassa (liiton, alueen, piirin, ja seuran kilpailut) ja maan edustustehtävissä on SUL:oon kuuluvan seuran jäsen, joka täyttää SUL:n sekä tarvittaessa myös Kansainvälisen Yleisurheiluliiton ja Kansainvälisen Olympiakomitean säännöt, ja jolla on kulumassa olevalle vuodelle lunastettu yleisurheilulisenssi.

## 2 § Seuran edustaminen

SUL:n alaisessa kilpailutoiminnassa urheilijan tulee edustaa SUL:n jäsenseuraa. SUL:n alaisessa kilpailutoiminnassa hän edustaa vain yhtä liiton jäsenseuraa kerrallaan näiden sääntöjen mukaisesti.

## 3 § Seurasiirrot

Siirtyminen edustamaan toista seuraa tapahtuu kalenterivuoden vaihtuessa, pois lukien kohdissa 3.2, 3.3 ja 3.4 esitetyt seurasiirrot. Seurasiirrot eivät edellytä mitään maksuja urheilijan entisen ja uuden seuran välillä.

### 3.1 Kirjallisesti tehtävä vuodenvaihteen seurasiirto

Urheilijan, joka tulevana kalenterivuonna täyttää 14 vuotta tai enemmän ja on kuluvana kalenterivuonna saavuttanut luokittelutaulukon mukaisesti henkilökohtaisessa lajissa M/N – sarjoissa vähintään 5 pisteen, M/N -22/19 vähintään 3 pisteen tuloksen tai M/N17-sarjojen vähintään 2 pisteen tuloksen on marraskuun 30. päivään mennessä jätettävä ilmoitus siitä seurasta, jota hän seuraavana kalenterivuonna aikoo edustaa

Tämän lisäksi urheilijasta on suoritettava seurasiirtoa koskeva rekisteröintimaksu Suomen Urheiluliitolle.

Ilmoitus on tehtävä SUL:n seurasiirtolomakkeella, jonka urheilija henkilökohtaisesti ja uusi seura ovat velvollisia allekirjoittamaan. Ilmoitukseen on liitettävä kopio rekisteröintimaksun suorittamista osoittavasta tositteesta. Urheilijan on lisäksi lähetettävä kopio seurasiirtoilmoituksesta vanhalle seuralleen 30.11. mennessä. Seurasiirtoilmoitus katsotaan ajoissa sisään jätetyksi, kun se on saapunut perille Suomen Urheiluliiton toimistoon viimeistään 30.11. klo 24:ään mennessä, joko kirjallisena tai liiton viralliseen s-postiin toimitettuna.

**SUL:n järjestövaliokunta** käsittelee seurasiirtoilmoitukset 15.12. mennessä. **Valiokunta hyväksyy seurasiirron**, jos siirtoilmoitus on jätetty ja rekisteröintimaksu maksettu edellä annettuja määräyksiä noudattaen. Hyväksytyt seurasiirrot astuvat voimaan 1. tammikuuta.

### 3.2 Vapaa vuodenvaihteen jälkeen tapahtuva seurasiirto

Urheilija, joka ei ole kuluneena kalenterivuonna saavuttanut kohdassa 3.1 mainittuihin pisterajoihin yltävää tulosta sekä alkavan kalenterivuoden aikana enintään 13 vuotta täyttävä urheilija on ilman kohdassa 3.1 mainittuja toimenpiteitä oikeutettu edustamaan sitä seuraa, jonka nimissä hän kalenterivuoden aikana ensimmäisen kerran kilpaili. Seurasiirron katsotaan astuneen voimaan kyseisenä ensimmäisen kilpailun päivänä.

### 3.3 Seurasiirto seuran yleisurheilutoiminnan lakatessa

Mikäli seura lopettaa yleisurheilutoimintansa tai seura eroaa tai se erotetaan Suomen Urheiluliitosta, on ko. seuraa edustaneella urheilijalla oikeus siirtyä edustamaan itse valitsemaansa toista seuraa heti sen jälkeen kun SUL:n hallitus on vahvistanut vanhan seuran yleisurheilutoiminnan päättymisen ja/tai seuran eron Suomen Urheiluliitosta. Seurasiirto astuu voimaan sinä päivänä, jolloin urheilija kilpaili ensimmäisen kerran uuden seuransa nimissä.

Tässä kohdassa 3.3 kuvattujen seurasiirtojen yhteydessä millään taholla ei ole oikeutta kasvattajarahaan.

### 3.4 Kesken kauden tapahtuva seurasiirto

Kuluvana kalenterivuonna enintään 13 vuotta täyttävä urheilija voi kerran kalenterivuoden seitsemän ensimmäisen kuukauden aikana vaihtaa seuraa jättämällä Suomen Urheiluliitolle seurasiirtoilmoituksen. Ilmoituksessa on oltava urheilijan henkilökohtainen tai hänen huoltajansa allekirjoitus sekä uuden seuran edustajan allekirjoitus. Ilmoitukseen on liitettävä todiste siirtoasian tiedoksiannosta vanhalle seuralle.

Seurasiirto tulee voimaan kahden viikon kirjaamisajan jälkeen, siitä kun seurasiirtoilmoitus on tullut Suomen Urheiluliitolle.

### 3.5 Kasvattajarahaa

Suomen Urheiluliitto maksaa urheilijan kasvattajaseuralle kasvattajarahaa SUL:n lomakkeella tehdystä hakemuksesta, joka on jätettävä Suomen Urheiluliitolle kolmen kuukauden kuluessa siitä ajankohdasta lukien, jolloin urheilijan seurasiirto on tullut voimaan näiden sääntöjen kohdan 3.1 tai 3.2 nojalla. Kasvattajarahahakemus katsotaan ajoissa sisään jätetyksi, kun se on saapunut perille Suomen Urheiluliiton toimistoon viimeistään määräpäivänä klo 24:ään mennessä.

Kasvattajarahaa maksetaan vain sellaisesta urheilijasta, joka vähintään kerran kolmen viimeksi kuluneen kalenterivuoden aikana on saavuttanut henkilökohtaisessa lajissa M/N – sarjoissa vähintään 7 pisteen, M/N -22/19 vähintään 5 pisteen tuloksen tai M/N17-sarjojen vähintään 3 pisteen tuloksen. Tulos on lisäksi tullut tehdä aikaisintaan sinä vuonna, jona urheilija täytti/täyttää 14 vuotta.

Kasvattajarahaa maksetaan vain, kun urheilija ensimmäisen kerran siirtyy kasvattajaseurasta toiseen seuraan. Kasvattajaseura on SUL:n jäsenseura, jota edustajaan urheilija on ensimmäisen kerran uransa aikana saavuttanut edellä mainittujen pisterajojen mukaisen tuloksen. Kasvattajaseuran on täytynyt olla SUL:n jäsen jo silloin, kun edellä mainittu kasvattajarahaan oikeutettu tulos saavutettiin, ja seura tulee edelleen olla SUL:n jäsen sillä hetkellä, kun kasvattajarahaa haetaan.

### 3.6 Maksujen suuruudet

Rekisteröintimaksun, siirtomaksun ja kasvattajarahaa suuruuden määrää Suomen Urheiluliiton hallitus vuosittain.

### 3.7 Ulkomaan kansalaista koskevat seurasiirot

Tämän pykälän (3§) määräykset koskevat myös Suomessa asuvia ulkomaan kansalaisia, jotka kilpailevat Suomen Urheiluliiton jäsenseuroissa.

### 4 § Oikeus osallistua SM- ja pm-kilpailuihin

Suomen mestaruudesta voivat kilpailla Suomen kansalaiset sekä sellaiset muut urheilijat, joille Suomen Urheiluliitto on myöntänyt luvan kilpailla täysivaltaisina osanottajina SM-kilpailuissa.

#### 4.1 Suomen kansalaiset

Suomen kansalaisella on aina täydet SUL:n jäsenseuran edustus- ja kilpailuoikeudet kaikessa SUL:n alaisessa kilpailutoiminnassa, SM -kilpailut mukaan lukien, vaikka hänellä samanaikaisesti olisi muunkin maan kansalaisuus ja mahdollisesti paikallisen seuran edustusoikeudet siinä maassa.

#### 4.2 Ulkomaan kansalaiset

Ulkomaan kansalaisen (\*) SM-kilpailuoikeudet edellyttävät, että hän on aidosti **muuttanut ja asettunut** Suomeen ja on näiden oikeuksien astuessa voimaan ehtinyt asua vakituisesti Suomessa alla lueteltujen edellytysten mukaisella tavalla vähintään yhden täyden kalenterivuoden. Tähän ryhmään kuuluvat luonnollisesti myös ne ulkomaan kansalaiset, jotka ovat syntyneet ja siitä lähtien asuneet Suomessa.

Hakeminen:

Oikeus hakea SM -kilpailuoikeuksia urheilijalle on tämän **edustusseuralla**. Hakeminen voi käynnistyä siinä vaiheessa, kun seura on vakuuttunut, että yllä luetellut edellytykset täyttyvät ja niihin liittyvät dokumentit ja muut vahvistukset ovat edellytysten mukaisessa kunnossa ja seuran käytettävissä.

Hakemukset tulee tehdä SUL:n lomakkeella 30.11 klo 24 mennessä, jonka liitteinä ovat:

– Edellytyksissä mainitut tiedot sisältävä kotipaikkatodistus

– Kopiot edellytyksissä mainituista Suomessa oleskeluun oikeuttavista sekä Suomessa toteutunutta oleskelua osoittavista dokumenteista kulumassa olevan kalenterivuoden sekä Suomessa oleskeluun oikeuttavista dokumenteista sitä seuraavien 7 kuukauden (alkava joulukuun + puoli vuotta) osalta;

– Kopio ulkomaan kansalaisen SM -kilpailuoikeuksiin liittyvän rekisteröintimaksun suorittamista osoittavasta tositteesta. Rekisteröintimaksua ei tarvitse suorittaa, jos ulkomaalainen urheilija ei ole Suomessa asumisensa aikana saavuttanut kohdassa 3.1 mainittua tulosta. Hakemus on kuitenkin aina jätettävä!

Jos urheilija on ilmoittamassa rekisteröintimaksun alaisesta seurasiiirrosta ja samanaikaisesti vastaanottava seura on hakemassa hänelle SM-kilpailuoikeuksia, kohtuullistetaan seuran osalle tulevaa kokonaismaksua perimällä SM-oikeuksia koskevasta rekisteröintimaksusta vain puolet.

Mikäli hakijalta pyydetään lisäselvityksiä, niitä voi lähettää aina järjestövaliokunnan joulukuun kokoukseen saakka. Kokouksen ajankohta ilmoitetaan lisäselvityspyynnön yhteydessä.

Oikeuksien voimassaolo:

Myönnetty SM -kilpailuoikeudet pysyvät voimassa niin kauan kuin vakituinen asuminen ja muut edellytetyt olosuhteet säilyvät. Jos urheilija saa jossain vaiheessa Suomen kansalaisuuden, em. erikoisoikeuksien tarpeellisuus poistuu hänen kohdallaan automaattisesti. Jos urheilija taas muuttaa pois Suomesta, oikeudet lakkaavat automaattisesti. Jos hän sitten myöhemmin muuttaa takaisin Suomeen, tulee SM-oikeuksia hakea uudelleen.

Jos SM -kilpailuoikeudet jo saaneen urheilijan kohdalla ilmenee seikkoja, jotka asettavat vakituisen Suomessa asumisen kyseenalaiseksi, voi järjestövaliokunta harkintansa perusteella pyytää urheilijan seuralta uudet, ajan tasalle päivitettyt selvitykset SM -oikeuksien edellytysten toteutumisesta. Jos selvityksiä ei toimiteta kuukauden sisällä pyynnön esittämisestä tai jos annetut selvitykset eivät enää tue SM -oikeuksien ylläpitämistä, Suomen Urheiluliitto voi lakkauttaa oikeudet välittömästi. Urheilijalle voidaan myöhemmin anoa oikeuksia uudestaan edellä kuvattuja hakuohjeita ja hakumenettelyä noudattaen.

Kuluvana vuonna enintään 13 vuotta täyttävä ulkomaan kansalainen voi vapaasti edustaa seuraansa SM-kilpailuissa mestaruuskilpailusääntöjen mukaisesti.

Pitkään Suomessa asuneen ulkomaan kansalaisen SM -oikeuksien nopeutettu käsittely:

Sellaisesta ulkomaan kansalaisesta, joka on pysyvästi asunut Suomessa jo vähintään viisi (5) vuotta, voi hänen seuransa jättää hakemuksen (edellä mainittuine liitteineen) SM - oikeuksien saamiseksi ja pyytää tarvittaessa asian nopeutettua käsittelyä poiketen marraskuun viimeiseen päivään mennessä tehtyjen hakemusten käsittelymenettelystä. Liiton toimisto voi tällaisessa tapauksessa käsitellä hakemuksen ja myöntää SM -oikeudet astumaan voimaan välittömästi. Nopeutettua käsittelyä pyydetessä oikeuksiin liittyvä rekisteröintimaksu tulee maksaa 1,5-kertaisena.

#### **Yleiset edellytykset:**

– Urheilijalla on Suomessa **vakituinen asuinpaikka**, joka on viranomaisten tiedossa ja jonka osoite (osoitteet), kotikunta ja näihin liittyvät alkamisajankohtatiedot voidaan osoittaa maistraatin antamalla kotipaikkatodistuksella tai poikkeustapauksessa (\*\*) muulla luotettavalla viranomaisen tai lähetystön antamalla asumistodistuksella. Oppilaitoksen, työpaikan, yhdistyksen tms. antama ilmoitus asumisesta ei riitä SM -oikeuksia haettaessa. Vakituksella/pysyvällä asumisella tarkoitetaan, että urheilija on todistettavasti oleskellut Suomen alueella vähintään 183 päivää (puoli vuotta) viimeksi kuluneiden 12 kuukauden aikana.

– Urheilijalla on ollut viisumeilla ja/tai työ/oleskeluluvilla osoitettu **keskeytymätön (\*\*\*) oikeus Suomessa oleskeluun** koko kulumassa olleen kalenterivuoden ajalta, ja oleskeluoikeus on SM -kilpailuoikeuksien voimaan astuessa edelleen jatkumassa ainakin puoli vuotta eteenpäin.

Suomen Urheiluliitto käsittelee seurojen ajoissa sisään jättämät, ulkomaan kansalaisten SMja -kilpailuoikeuksia koskevat hakemukset 31.12. mennessä. Hakemuksen käsittelyssä hyväksytyt päätökset saaneiden urheilijoiden SM-kilpailuoikeudet astuvat voimaan 1. tammikuuta hakemuksen jättämistä seuraavana vuonna.

#### **5 § Maan edustaminen**

Olympiakisoissa, MM-, EM-, Maailman- tai Euroopan Cup- ja muissa IAAF:n säännön **1.1 kohtien (a), (b), (c), (f) ja (g)** alaisissa kilpailuissa Suomea voivat edustaa vain Suomen kansalaiset. Samaa sääntöä noudatetaan myös kaikissa Suomen käymissä maotteluissa.

#### **6 § Edustussääntöjen tulkintaoikeus**

Voimassa olevien edustussääntöjen tulkitsijana toimii Suomen Urheiluliiton sevaliokunta, jolle SUL on edustussääntöasioiden hoitamisen osoittanut. Valiokunta voi tarvittaessa alistaa kysymykset SUL:n hallituksen ratkaistaviksi.

## **Järjestövaliokunnan ohjeistus sääntöjen tulkinnasta**

### **2. Seuran edustaminen**

Eri urheilumuodoissa urheilijat voi edustaa eri seuroja.

Jos Suomen Urheiluliiton alaisissa kilpailuissa on aikuisurheilulajeja tai aikuisurheilijoiden ikäsarjoja, urheilija voi niissä kilpaillessaan edustaa omaa SUL:n tai Suomen Aikuisurheiluliiton jäsenseuraansa.

Yleisessä sarjassa kilpaileminen edellyttää kuitenkin aina SUL:n jäsenseuran edustamista ja SUL:n yleisurheilulisenssiä.

Pykälissä 1 ja 2 esitetyt määräykset eivät estä SUL:n seurojen ulkopuolisia urheilijoita osallistumasta massaluonteisiin tai muihin vastaaviin kilpailutapahtumiin.

### **3.4 Keskenkauden tapahtuva seurasiiro**

1: Seitsemän kuukauden sääntö tarkoittaa sitä, että seurasiiroilmoitus liitteineen on tullut toimittaa perille Suomen Urheiluliiton toimistolle viimeistään 31.7. klo 24:ään mennessä.

2: Tämä sääntökohta koskee niitä urheilijoita, jotka ovat jo kilpailleet aiemmin kuluvana vuonna.

### **4.2 Ulkomaan kansalaiset**

1) Näissä säännöissä ulkomaan kansalaisiin rinnastetaan myös sellaiset henkilöt, joilla ei ole minkään maan kansalaisuutta.

2) Poikkeuksilla tarkoitetaan tyyppillisesti tapauksia, joissa suomalainen viranomainen ei pysyvistä asumisesta huolimatta voi kirjoittaa tavanomaista kotipaikkatodistusta. Tällaisia voivat olla esim. asuminen ulkomaan Suomessa sijaitsevan lähetystön alueella, pakolaisen kohdalla asuminen vastaanottokeskuksessa tms.

3) Keskeyttämättömällä oleskeluvalla tarkoitetaan näissä säännöissä, että vaikka luvat olisi annettu erillisissä jaksossa, jaksosten väleihin ei ole jäänyt taukoja/taukoja.

### **5. Maan edustaminen**

1: IAAF:n säännön 1.1 kohdat (a)...(f) viittaavat olympialiikkeen, IAAF:n ja EA:n hallintomiini arvokilpailuihin (olympiakisat, MM, EM, Cup'it yms.). Kohta (g) viittaa maaryhmien alueellisiin mestaruuskilpailuihin (esim. pohjoismaiden mestaruuskilpailut).

2: Määritettäessä edustusoikeyttä tapauksessa, jolloin kyseessä on vasta hiljattain Suomen kansalaisuuden saanut urheilija tai Suomen ja muun maan kaksoiskansalainen, tulee huomioida IAAF:n kilpailusäännön 5 sisältämät rajoitukset ja mahdolliset karanteenijat uuden kansalaisuuden saamisen jälkeen.

3: Yllä oleva ei sellaisenaan koske kansainvälisiä seuraotteluita. Joissakin laajoissa seuraottelutapahtumissa (Euroopassa esim. ECCC-seuracupit) on omat erilliset määräykset koskien seurojen oikeutta ottaa ulkomaalaisia urheilijoita joukkueeseensa.

# Piiriennätykset

## MIEHET

100 m	10,43	Harri Kivelä	JKU	-98
150 m	16,30	Valtteri Ahtamo	JKU	-16
200 m	21,05	Harri Kivelä	JKU	-97
300 m	34,60i	Petteri Monni	JKU	-17
400 m	47,15	Mauri Siekkinen	PiHTU	-83
600 m	1.19,84	Jouni Haatainen	JKU	-06
800 m	1.47,33	Jouni Haatainen	JKU	-04
1000 m	2.19,4	Olavi Salonen	KaipVi	-58
1500 m	3.40,2	Olavi Salonen	KaipVi	-57
Maili	3.59,1	Olavi Salonen	KaipVi	-58
2000 m	5.11,4	Ilpo Matilainen	HankHa	-65
3000 m	7.44,5	Risto Ulmala	SaaPu	-91
5000 m	13.21,90	Risto Ulmala	SaaPu	-91
10000 m	27.42,65	Martti Vainio	SaaPu	-87
20000 m	59.46,6	Seppo Nikkari	KaipVi	-73
Tunti	20092 m	Seppo Nikkari	KaipVi	-73
25000 m	1:14.55,6	Seppo Nikkari	KaipVi	-73
30000 m	1:34.05,0	Reino Paukkonen	JKU	-72
10 km	28.41	Risto Ulmala	SaaPu	-93
Puolimaraton	1:03.12	Risto Ulmala	SaaPu	-91
Maraton	2:13.58	Risto Ulmala	SaaPu	-95
100 km	8:33.52	Ari Surkka	VaajKu	-05
3000 m ej	8.24,2	Jouko Kuha	KaipVi	-68
<b>110 m aj</b>	<b>13,60</b>	<b>Elmo Lakka</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
200 m aj	24,08	Ilari Manninen	JKU	-16
400 m aj	51,00	Markku Karvonen	JKU	-94
Korkeus	233i	Osku Torro	JKU	-11
Seiväs	561	Timo Kuusisto	YU-2000	-87
Pituus	807A	Kristian Pulli	KaipVi	-17
3-loikka	16.29	Janne Kinnunen	ViiTVi	-94
Kuula	19.51	Tapio Rauhala	JKU	-72
Kiekko	58.62	Kari Pekola	MultJy	-90
Paino	19.30	Arno Laitinen	JKU	-10
Moukari	73.62	Samu-Petri Simo	JKU	-00
Keihäs	88.24	Matti Närhi	ViiTVi	-97
10-ottelu	8188	Aki Heikkinen	ÄänUrh	-00
(10,91-757-14,11-190-49,23-14,88-40,81-500-68,50-4.30,82)				
4 x100 m	40,40	Jyväskylän Kenttäreilijät		-96
(Harri Kivelä, Tero Ridanpää, Miska Viiri, Teemu Tapper)				

4 x 200 m	1.28,43	Jyväskylän Kenttäreilijät		-92
(Harri Kivelä, Jorma Kempainen, Pasi Suutarinen, Tero Ridanpää)				
1000 m	1.59,5	Kaipolan Vire		-66
(Veikko Niittynen, Pertti Alho, Heikki Hurme, Matti Olava)				
4 x 400 m	3.13,90	Jyväskylän Kenttäreilijät		-94
(Pasi Valoranta, Janne Virtapohja, Pasi Suutarinen, Markku Karvonen)				
4 x 800 m	7.32,65	Keuruun Kisailijat		-98
(Vesa Kukkamo, Hannu Moilanen, Ari Sarja, Juha Kukkamo)				
4 x1500 m	15.20,31	Saarjärven Pullistus		-87
(Jouni Rinne, Martti Vainio, Henry Majander, Risto Ulmala)				
3000 m käv	13.09,7	Jarno Kinnunen	KyyjKy	-93
5000 m käv	22.19,0	Petri Korpi	ToivRi	-81
10000 m käv	45.05,0	Markku Rossi	KonnU	-89
20 km käv	1.35,49	Anssi Poikolainen	HU-82	-95
30 km käv	3.01.25,6	Pekka Kuvaja	Jämskl	-51
50 km käv	5.44.51	Ilmari Kaskikallio	HU-82	-91

## M 22

100 m	10.49	Tero Ridanpää	JKU	-94
150 m	16,57	Petteri Monni	JKU	-07
200 m	21,46	Tero Ridanpää	JKU	-94
	21,46	Harri Penttinen	JKU	-98
300 m	35,12	Aaron Savolainen	JKU	-13
400 m	47,63	Petteri Monni	JKU	-11
600 m	1.22,50	Mikko Leinonen	JKU	-04
800 m	1.48,14	Juha Kukkamo	KeurKi	-98
1500 m	3.42,7	Matti Tuura	JKU	-66
	3.42,81	Juha Kukkamo	KeurKi	-98
Maili	4.04,4	Ilpo Matilainen	HaHanka	-66
2000 m	5.11,4	Ilpo Matilainen	HaHanka	-65
3000 m	8.05,9	Jari Nurmisto	SaaPu	-82
5000 m	13.54,8	Kaarlo Maaninka	SaaPu	-74
10000 m	28.53,8	Kaarlo Maaninka	SaaPu	-74
10 km	31.50	Jaakko Piesanen	SaaPu	-13
Puolimaraton	1:10.16	Jaakko Herranen	SaaPu	-02
Maraton	2:23.38	Raimo Nerg	JKU	-73
3000 m ej	8.50,98	Juuso Rainio	MuurY	-91
110 m aj	13,81	Elmo Lakka	JKU	-15
200 m aj	24,08	Ilari Manninen	JKU	-16
400 m aj	51,09	Petteri Monni	JKU	-11
<b>Korkeus</b>	<b>216i</b>	<b>Arttu Mattila</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>
Seiväs	530	Olli-Pekka Mattila	YU-2000	-90
Pituus	792	Kristian Pulli	KaipVi	-16



3-loikka	16.07	Kristian Pulli	KaipVi	-14	Paino	18.87	Samu-Petri Simo	HU-82	-95
Kuula	17.48	Tapio Rauhala	HankHa	-65	Moukari	78.06	Samu-Petri Simo	HU-82	-97
Kiekko	54.24	Anssi Mäkinen	JamsI	-94	Keihäs	78.38	Jarkko Kinnunen	ÄänUrh	-89
Paino	19.30	Arno Laitinen	JKU	-10	10-ottelu	7881	Aki Heikkinen	ÄänUrh	-99
Moukari	73.62	Samu-Petri Simo	JKU	-00	(11,38-706-12.63-186-50,65-15,53-38.57-480-65.43-4.34,65= M-väl)				
Keihäs	88.24	Matti Närhi	ViitVi	-97	10-ottelu	7405	Sami Itani	JKU	-04
10-ottelu	8188	Aki Heikkinen	ÄänUrh	-00	(11,32-666-14.41-201-51,85-15,32(106,7)-45.09-410-58.20-4.44,44)				
(10,91-757-14.11-190-49,23-14,88-40.81-500-68.50-4.30,82)					4x100 m	42,15	Jyväskylän Kenttäurheilijat		-17
4x100 m	42,15	Jyväskylän Kenttäurheilijat		-17	(Miska Sundberg, Daniel Savolainen, Julius Toivola, Viljami Hietaharju)				
(Miska Sundberg, Daniel Savolainen, Julius Toivola, Viljami Hietaharju)					4x400 m	3.23,44	Jyväskylän Kenttäurheilijat		-17
1000 m	1.59,5	Kaipolan Vire		-66	(Iiro Surkka, Kaapo Kangas, Miika Lehtinen, Daniel Savolainen)				
(Veikko Niittyinen, Pertti Alho, Heikki Hurme, Matti Olava)					3x800 m	6.01,28	Saarjärven Pullistus		-13
4x400 m	3.23,38	Jyväskylän Kenttäurheilijat		-86	(Lauri Hietaharju, Paavo Laitinen, Joonas Rinne)				
(Heikki Juuri-Oja, Markku Koistinen, Timo Könönen, Pasi Valoranta)					4x800 m	8.00,6	Jyväskylän Kenttäurheilijat		-75
4x1500 m	16.19,4	Saarjärven Pullistus		-76	(Jari Leppämäki, Ville Härtilä, Vesa Uusitalo, Henry Majander)				
(Pekka Kuusela, Jari Nurmisto, Risto Pentikäinen, Hannu Tyrväinen)					4x100 m aj	53,47	Jyväskylän Kenttäurheilijat		-16
3000 m käv	13.09,7	Jarno Kinnunen	KyyjKy	-93	(Miska Sundberg, Julius Toivola, Juho Nieminen, Ilari Manninen)				
5000 m käv	22.19,0	Petri Korpi	ToivRi	-81	3000 m käv	13.09,7	Jarno Kinnunen	KyyjKy	-93
10000 m käv	45.05,0	Markku Rossi	KonnU	-89	5000 m käv	22.19,0	Petri Korpi	ToivRi	-81
20 km käv	1.35.49	Anssi Poikolainen	HU-82	-95	10000 m käv	47.18,56	Anssi Poikolainen	HU-82	-96
					10 km käv	46.31	Anssi Poikolainen	HU-82	-95
					20 km käv	1.35.49	Anssi Poikolainen	HU-82	-95
<b>M19</b>					<b>M 17</b>				
100 m	10,68	Tero Ridanpää	JKU	-91	100 m	10,92	Jussi Peltonen	JämsJy	-96
150 m	16,57	Petteri Monni	JKU	-07		10,92	Petteri Monni	JKU	-07
200 m	21,66	Tero Ridanpää	JKU	-91	150 m	16,57	Petteri Monni	JKU	-07
300 m	35,12	Aaron Savolainen	JKU	-13	200 m	22,51	Jussi Peltonen	JämsJy	-96
400 m	48,64	Petteri Monni	JKU	-09	300 m	35,12	Aaron Savolainen	JKU	-13
800 m	1.51,02	Joonas Rinne	SaaPu	-12	400 m	50,08	Daniel Savolainen	JKU	-16
1500 m	3.49,9	Juha Sorri	ÄänUrh	-84	800 m	1.51,02	Joonas Rinne	SaaPu	-12
3000 m	8.18,0	Risto Pentikäinen	SaaPu	-75	<b>1500 m</b>	<b>3.54,06</b>	<b>Eemil Helander</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
5000 m	14.22,7	Risto Pentikäinen	SaaPu	-75	3000 m	8.18,0	Risto Pentikäinen	SaaPu	-75
10 km	32.01	Jaakko Piesanen	SaaPu	-12	5000 m	14.22,7	Risto Pentikäinen	SaaPu	-75
<b>2000 m ej</b>	<b>5.46,41</b>	<b>Eemil Helander</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>	10 km	33.17	Jaakko Piesanen	SaaPu	-10
3000 m ej	9.14,38	Juuso Rainio	MuurY	-87	1500 m ej	4.21,0	Henry Majander	JKU	-74
110 m aj	13,77	Ilari Manninen	JKU	-16	<b>2000 m ej</b>	<b>5.46,41</b>	<b>Eemil Helander</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
200 m aj	24,08	Ilari Manninen	JKU	-16	<b>3000 m ej</b>	<b>9.22,86</b>	<b>Eemil Helander</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
400 m aj	53,42	Hans Huhtio	SaaPu	-95	<b>110 m aj</b>	<b>13,81</b>	<b>Juuso Peltola</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
<b>Korkeus</b>	<b>216i</b>	<b>Arttu Mattila</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>	300 m aj	37,89	Ilari Manninen	JKU	-13
Seiväs	525	Olli-Pekka Mattila	YU-2000	-89	400 m aj (83,8)	54,35	Jussi Kaihlajärvi	JKU	-00
Pituus	769	Kristian Pulli	KaipVi	-13	<b>Korkeus</b>	<b>216i</b>	<b>Arttu Mattila</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>
3-loikka	15,91	Kristian Pulli	KaipVi	-13	Seiväs	485	Olli Leppänen	JKU	-00
Kuula	16.62	Matti Kahilainen	PihtiTu	-15					
Kiekko	55.65	Veikko Laitinen	KeuKis	-16					

Pituus	708	Kristian Pulli	KaipVi	-11
3-loikka	15.04	Aki Heikkinen	ÄänUrh	-97
Kuula	17.49	Veikko Laitinen	KeuKis	-14
Kiekko	61.99	Veikko Laitinen	KeuKis	-14
Moukari	77.04	Samu-Petri Simo	HU-82	-95
Keihäs	78.65	Lassi Saarinen	KeuKis	-13
10-ottelu	7457	Sami Itani	JKU	-03
(11,40, 650, 14.96, 196, 36,41, 13,72(100aj.), 46.34, 370, 59.31, 2.54,35)				
4x100 m	43,37	Jyväskylän Kenttärheilijat		-16
(Jesse Väyrynen, Daniel Savolainen, Kaapo Kangas, Viljami Hietaharju)				
4x300 m	2.24,24	Jyväskylän Kenttärheilijat		-14
(Antti Ruuti, Daniel Savolainen, Ilari Manninen, Aaron Savolainen)				
4x400 m	3.43,91	Jyväskylän Kenttärheilijat		-97
(Mikko Mensala, Tommi Laine, Tommi Colliander, Janne Heinonen)				
	3.43,91	Jyväskylän Kenttärheilijat		-98
(Tommi Colliander, Janne Heinonen, Risto Oksanen, Tuomas Valtonen)				
<b>3x800 m</b>	<b>6.12,41</b>	<b>Jyväskylän Kenttärheilijat</b>		<b>-18</b>
<b>(Tuomas Seppänen, Valtteri Kontinen, Eemil Helander)</b>				
4x800 m	8.05,2	Jyväskylän Kenttärheilijat		-74
(Jouko Kanerva, Ville Härtilä, Vesa Uusitalo, Henry Majander)				
4x100 m aj	52,64	Jyväskylän Kenttärheilijat		-17
(Juuso Peltola, Juho Nieminen, Pietari Valoranta, Jesse Väyrynen)				
3000 m käv	13.46,74	Anssi Poikolainen	HU-82	-93
5000 m käv	22.22,37	Anssi Poikolainen	HU-82	-95
10000 m käv	47.18,56	Anssi Poikolainen	HU-82	-96
10 km käv	46.31	Anssi Poikolainen	HU-82	-94
20 km käv	1.35.49	Anssi Poikolainen	HU-82	-95

## P 15

100 m	11,39	Sami Itani	JKU	-02
150 m	17,27	Jesse Väyrynen	JKU	-15
200 m	23,35	Aaron Savolainen	JKU	-12
300 m	36,2 h	Hannu Vesterinen	SaarijPu	-67
	36,66	Aaron Savolainen	JKU	-12
600 m	1.29,70	Joona Lyly	JKU	-09
800 m	1.58,17	Joonas Rinne	SaarijPu	-10
1000 m	2.41,56	Antti Savonen	SaarijPu	-87
1500 m	4.09,52	Eemil Helander	JKU	-16
2000 m	5.46,22	Eemil Helander	JKU	-16
3000 m	8.59,55	Eemil Helander	JKU	-16
10 km	34.41	Eemil Helander	JKU	-16
1500 m ej	4.27,10	Eemil Helander	JKU	-16
100 m aj	13,07	Juuso Peltola	JKU	-16

200 m aj	25,98	Ilari Manninen	JKU	-12
300 maj	40,34	Kaapo Kangas	JKU	-14
Korkeus	211	Arttu Mattila	ÄänUrh	-16
Seiväs	455	Olli-Pekka Mattila	ÄänHui	-85
Pituus	680	Hannu Vesterinen	SaaPu	-67
3-loikka	14.07	Jonatan Kinnunen	SaarijPu	-17
Kuula	18.27	Matti Kahilainen	PihtTu	-11
Kiekko 1,0 kg	64.87	Veikko Laitinen	KeuKis	-12
Moukari 4,0 kg	73.85	Marko Järvinen	PetPe	-10
(5.44kg)	68.34	Samu-Petri Simo	HU-82	-93
Keihäs	73.88	Lassi Saarinen	KeuKis	-12
Keihäs (vanha malli)	74.24	Jarkko Heimonen	ÄänUrh	-87
6-ottelu	3993	Aki Heikkinen	LeppLe	-95
	(15,28, 580, 61.98, 360, 44.68, 2.32,21)			
5-ottelu	3668	Sami Itani	JKU	-02
	(13.82 – 52,12 – 330 – 51.30 – 2.56,32)			
4x100 m	45,98	Jyväskylän Kenttärheilijat		-14
(Jesse Väyrynen, Daniel Savolainen, Kaapo Kangas, Juuso Peltola)				
4x800 m	8.42,06	Jyväskylän Kenttärheilijat		-07
(Aapo Uusitalo, Joel Holma, Jussi Huuskonen, Joel Savolainen )				
4x80 m aj	44,61	Jyväskylän Kenttärheilijat		-17
(Arttu Ahola, Vilho Happonen, Arttu Peltola, Elmeri Valkonen )				
3000 m käv	13.46,74	Anssi Poikolainen	HU-82	-93
5000 m käv	23.33,10	Anssi Poikolainen	HU-82	-94
10 km käv	48.43,6	Anssi Poikolainen	HU-82	-94

## P 14

100 m	11,62	Jesse Väyrynen	JKU	-14
150 m	17,84	Aleksi Honkavuori	SaaPu	-09
200 m	24,11	Aleksi Honkavuori	SaaPu	-09
300 m	38,19	Aleksi Honkavuori	SaaPu	-09
600 m	1.32,22	Joona Lyly	JKU	-08
800 m	2.05,48	Joona Lyly	JKU	-08
1000 m	2.41,56	Antti Savonen	SaaPu	-87
1500 m	4.27,67	Eemil Helander	JKU	-15
2000 m	5.55,93	Juha Sorri	SuolU	-79
1500 m ej	4.37,62	Eemil Helander	JKU	-15
80 m aj	11,80	Juho Mäkipää	LaukU	-00
100 m aj	13,78	Juuso Peltola	JKU	-15
200 m aj	27,58	Juho Kaihlajärvi	JKU	-04
300 m aj	42,77	Juuso Peltola	JKU	-15
Korkeus	202	Arttu Mattila	ÄänUrh	-15
Seiväs	390	Olli-Pekka Mattila	ÄänHui	-84

	390	Heikki Leppänen	JKU	-99	(Arttu Peltola, Luukas Saari, Leevi-Kalle Heikkilä, Arttu Ahola)				
Pituus	633	Hannu Vesterinen	SaaPu	-66	4x600 m	6.55,13	Saarijärven Pullistus		-08
3-loikka	13.31	Juho Nieminen	JKU	-14	(Aarne Ahvenainen, Olli Vertanen, Aleksii Honkavuori, Joonas Rinne)				
Kuula 4,0 kg	17.38	Matti Kahilainen	PihtTu	-10	4x60 m aj	40,54	Jyväskylän Kenttärheilijat		-15
Kiekko 1,0 kg	59.21	Veikko Laitinen	KeurKi	-11	(Luukas Saari, Elmeri Valkonen, Dani Lirkki, Arttu Peltola)				
Moukari 4,0 kg	62.96	Marko Järvinen	PetPet	-09	2000 m käv	9.21,23	Matias Haarahlitunen	HU-82	-06
Keihäs	61.26	Lassi Saarinen	KeurKi	-11	3000 m käv	15.02,0	Juha Varis	KonnU	-91
Keihäs (vanha)	65.64	Aki Heikkinen	LeppLe	-94					
6- ottelu	3646	Aki Heikkinen	LeppLe	-94					
	(12.65, 556, 58.96, 330, 39.20, 2.31,93)								
5- ottelu	3521	Juho Mäkipää	LaukU	-00					
	(12,10 – 181 – 380 – 46,35 – 2.25,47)								
3000 m käv	13.46,74	Anssi Poikolainen	HU-82	-93					
5000 m käv	24.47,35	Anssi Poikolainen	HU-82	-93					
<b>P 13</b>									
60 m	7,67	Juuso Peltola	JKU	-14					
100 m	12,10	Juuso Peltola	JKU	-14					
200 m	25,22	Juuso Peltola	JKU	-14					
300 m	40,20	Sami Minkkinen	KorpilMa	-89					
600 m	1.37,34	Joonas Rinne	SaaPu	-08					
800 m	2.11,92	Vesa Kukkamo	KeurKi	-91					
1000 m	2.47,96	Antti Savonen	SaaPu	-86					
1500 m	4.43,95	Jussi Paananen	KeurKi	-96					
2000 m	6.12,81	Antti Savonen	SaaPu	-89					
60 m aj	8,94	Juuso Peltola	JKU	-14					
80 m aj	12,11	Hans Huhtio	SaaPu	-89					
<b>200 m aj</b>	<b>29,61</b>	<b>Lassi Nalkki</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>					
Korkeus	187	Arttu Mattila	ÄänUrh	-14					
Seiväs	351	Heikki Leppänen	JKU	-98					
Pituus	575	Aleksii Honkavuori	SaaPu	-08					
3-loikka	12.25	Sami Minkkinen	KorpilMa	-89					
Kuula	17.29	Matti Kahilainen	PihtTu	-09					
Kiekko	58.48	Matti Kahilainen	PihtTu	-09					
Kiekko (0,75)	47.60 (1,0)	Veikko Laitinen	KeuKis	-10					
Moukari	59.58	Marko Järvinen	PetPe	-08					
Moukari	51.66	Marko Järvinen	PetPet	-08					
Keihäs	61.86	Kimmo Kinnunen	ÄänU	-80					
4-ottelu	2200	Iiro Surkka	VaajKu	-11					
	(9,6h – 159 – 9.80 – 2.23,31)								
<b>5-ottelu</b>	<b>2835</b>	<b>Lassi Nalkki</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>					
	<b>(8,9h-525-32.88-41.24-2.24,2h)</b>								
4x100 m	51,80	Jyväskylän Kenttärheilijat		-15					
<b>P 12</b>									
60 m	8,17	Juuso Peltola	JKU	-13					
100 m	13,01	Hannu Onnela	PetPet	-95					
200 m	27,72	Janne Rossi	ÄänUrh	-97					
300 m	43,1 h	Janne Valkeejärvi	KarsKi	-80					
600 m	1.40,35	Ville Myyryläinen	SuolU	-02					
800 m	2.17,98	Pasi Saarinen	SaaPu	-93					
1000 m	2.58,6	Esa Kyrölahti	KyyjKy	-78					
1500 m	4.56.77	Arimo Koskela	LaukU	-09					
2000 m	6.40,1	Arimo Koskela	LaukU	-09					
60 m aj 6/76,2 cm 9,80	9,80	Daniel Savolainen	JKU	-11					
	9,80	Kaapo Kangas	JKU	-11					
60 m aj 7/76,2 cm 9,81	9,81	Jussi Kaihlajärvi	JKU	-95					
200 m aj	32,64	Joonas Lapinkero	JKU	-16					
Korkeus	161	Daniel Savolainen	JKU	-11					
<b>Seiväs</b>	<b>316</b>	<b>Tommi Järvenpää</b>	<b>KeuKis</b>	<b>-18</b>					
Pituus	530	Hannu Vesterinen	SaaPu	-64					
3-loikka	11.01	Olli Leppänen	JKU	-95					
Kuula	13.09	Eero Rantanen	PetPet	-99					
Kiekko	44.10	Veikko Laitinen	KeurKi	-09					
Moukari 2,5 kg	46.27	Eero Rantanen	PetPet	-99					
Moukari 3 kg	43.98	Marko Järvinen	PetPet	-07					
Keihäs	61.86	Kimmo Kinnunen	ÄänUrh	-80					
4-ottelu	1723	Kaapo Kangas	JKU	-11					
	(9,6h – 135 – 7.77 – 2.36,87)								
5-ottelu	2073	Lassi Nalkki	JKU	-17					
	(10,35-453-30.20-29.33-2.33,07)								
2000 m käv	10.14,35	Marko Lampila	KyyjKy	-89					
3000 m käv	16.23,4	Harri Kinnunen	KyyjKy	-90					
<b>P 11</b>									
60 m	8,54	Leevi-Kalle Heikkilä	JKU	-14					
100 m	13,5	Janne Valkeejärvi	KarsKi	-78					
150 m	21,02	Leevi-Kalle Heikkilä	JKU	-14					
200 m	29,70	Olli Leppänen	JKU	-93					

300 m	45,27	Vesa Kukkammo	KeurKi	-89	Kuula	10,58	Erkki Kangas	SumKu	-71
600 m	1.44,88	Ville Myyryläinen	SuolU	-01	Kiekko	32.05	Topi Räsänen	ViitVi	-16
800 m	2.22,96	Pasi Saarinen	SaaPu	-92	Moukari	32.95	Mika Aromäki	KeurKi	-99
1000 m	3.07,8	Esa Kyrönlähti	KyyjKy	-78	Keihäs	49.84	Kimmo Kinnunen	ÄänUrh	-78
2000 m	6.53,19	Arimo Koskela	LaukU	-08	Pallo	56,75	Janne Hepola	MuurY	-01
3000 m	11.17,56	Arimo Koskela	LaukU	-08	3-ottelu	1100	Tero Lamberg	HankHa	-04
60 m aj 60 cm	10,08	Miska Sundberg	JKU	-10		(8,4h – 409 – 7.83 )			
Korkeus	158	Ari Virtanen	SäynRi	-74	4-ottelu	1134	Topi Räsänen	ViitVi	-16
Seiväs	300	Tommi Järvenpää	KeuKis	-17		(12,51-121-39.78-3.27,52)			
Pituus	484	Julius Toivola	JKU	-09	1000 m käv	5.19,30	Olli Moilanen	SuolU	-00
3-loikka	10.58	Janne Valkeejärvi	KarsKi	-79					
Kuula	15.80	Raine Pasanen	PihtU	-77	<b>P 9</b>				
Kiekko	40.67	Topi Räsänen	ViitVi	-17	40 m	6,43	Jaakko Rossi	JKU	-00
Moukari	37.08	Mika Aromäki	KeurKi	-00	60 m	9,17	Jaakko Rossi	JKU	-00
Keihäs	57.64	Kimmo Kinnunen	ÄänUrh	-79	100 m	14,4	Toni Mäkelä	JKU	-76
3-ottelu	1187	Tero Lamberg	HankHa	-05	150 m	22,90	Jaakko Rossi	JKU	-00
	(8,5 - 446 – 8.58)				200 m	31,39	Matti Lahti	SaaPu	-94
4-ottelu	1427	Lassi Nalkki	JKU	-16	300 m	51,7	Jussi Paananen	KeurKi	-92
	(10,57-127-33.30-2.50,87)				600 m	1.53,85	Vesa Kukkammo	KeurKi	-87
4x50 m	29,25	Jyväskylän Kenttärheilijat		-01	1000 m	3.23,73	Joonas Savukoski	KeuKis	-15
(Jaakko Rossi, Juho Kaihlajärvi, Petteri Monni, Jukka Joutsen)					2000 m	7.54,03	Oiva Hurskanen	SuolU	-00
<b>4x600 m</b>	<b>7.40,5</b>	<b>Jyväskylän Kenttärheilijat</b>		<b>-18</b>	60 m aj 60 cm	11,55	Tommi Järvenpää	KeuKis	-15
<b>(Konsta Vuorela,Lauri Lakanen,Konsta Salminen,Kalle Tossavainen)</b>					Korkeus	135	Niilopekka Muhonen	KivKiv	-15
4x60 maj	46,49	Jyväskylän Kenttärheilijat		-14	Seiväs	225	Pasi Saarinen	SaaPu	-90
(Sebastian Sabijan, Joonas Lapinkero, Miro Kuusjärvi, Leevi-Kalle Heikkilä)					Pituus	422	Janne Hepola	MuurY	-00
1000 m käv	5.13,9	Jouni Aarrekangas	KinnKi	-98	3-loikka	843	Jyrki Hämäläinen	KarsKi	-79
2000 m käv	10.31,98	Timo Silvola	KyyjKy	-89	Kuula	9.67	Topi Räsänen	ViitVi	-15
					Kiekko	28.79	Topi Räsänen	ViitVi	-15
<b>P 10</b>					Moukari	25.84	Marko Järvinen	PetPet	-04
60 m	8,88	Leevi-Kalle Heikkilä	JKU	-13	Keihäs	44.90	Kimmo Kinnunen	ÄänUrh	-77
100 m	13,9	Janne Valkeejärvi	KarsKi	-79	Pallo	52.76	Juho Mäkipää	LaukU	-95
150 m	22,16	Mikael Helin	JKU	-97	3-ottelu	922	Topi Räsänen	ViitVi	-15
200 m	29,70	Olli Leppänen	JKU	-93		(6,84 – 364 – 9.44)			
300 m	48,08	Juha Kukkammo	KeurKi	-86	4-ottelu	879	Topi Räsänen	ViitVi	-16
600 m	1.51,44	Kai Oksanen	ÄänUrh	-02		(7,25-118-30.92-3.34,20)			
800 m	2.34,00	Jussi Kaihlajärvi	JKU	-93	4x50 m	32,90	Jyväskylän Kenttärheilijat		-17
1000 m	3.12,49	Pasi Saarinen	SaaPu	-91	(Aaro Kuorelahti, Voitto Väitalo, Tomas Vertala, Emil Saari)				
2000 m	7.13,14	Arimo Koskela	LaukU	-07	<b>4x400 m</b>	<b>5.27,8</b>	<b>Jyväskylän Kenttärheilija</b>		<b>-18</b>
60 m aj 60 cm	10,32	Tommi Järvenpää	KeuKis	-16	<b>(Joonatan Kulmala, Niilo Hämäläinen, Erkka-Voitto Heinonen, Juho Suonsaari)</b>				
Korkeus	144	Ari Virtanen	SäynRi	-73	600 m käv	3.04,1	Joni Aarrekangas	KinnKi	-96
Seiväs	292	Tommi Järvenpää	KeuKis	-16	1000 m käv	5.51,1	Olli Moilanen	SuolU	-99
Pituus	467	Olli Leppänen	JKU	-93					
3-loikka	948	Olli Leppänen	JKU	-93					

## NAISET

100 m	11,27	Johanna Manninen	JKU	-07
150 m	18,07	Minna Laukka	JKU	-13
200 m	22,98	Hanna-Maari Latvala	JKU	-13,-14
300 m	38,02	Minna Laukka	JKU	-04
<b>400 m</b>	<b>54,07</b>	<b>Aino Pulkkinen</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>
<b>600 m</b>	<b>1.33,10</b>	<b>Saija Seppä</b>	<b>SuolUrho</b>	<b>-18</b>
800 m	2.07,86	Saija Seppä	SuolUrho	-16
1000 m	2.48,9	Minna Mäkelä	JKU	-82
1500 m	4.17,33	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-03
2000 m	6.14,36	Anni Tuimala	ÄänUrh	-00
3000 m	9.07,35	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-01
5000 m	16.03,35	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-03
10000 m	33.25,19	Sirkku Kumpulainen	ViitVi	-88
10 km	36.56	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-00
Puolimaraton	1:14.34	Sirkku Kumpulainen	ViitVi	-84
Maraton	2:35.24	Sirkku Kumpulainen	ViitVi	-88
100 km	9:10.06	Susanna Raitamäki	SaarijPu	-09
<b>100 m aj</b>	<b>12,86</b>	<b>Nooralotta Neziri</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
200 m aj	27,13	Emma Koistinen	JKU	-16
300 m aj	41,67	Emma Koistinen	JKU	-17
400 m aj	58,34	Emma Koistinen	JKU	-17
3000 m ej	10.04,99	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-01
Korkeus	186	Alina Mattila	JKU	-06
Seiväs	410i	Eeva Niemelä	JKU	-13
Pituus	638	Emmi Mäkinen	JKU	-16
3-loikka	13.70	Teija Hannila	ÄänUrh	-05
Kuula	17.26	Ritva Metso	ToivRi	-75
<b>Kiekko</b>	<b>58.36</b>	<b>Salla Sipponen</b>	<b>KeuKis</b>	<b>-18</b>
Paino	17.91	Johanna Salmela	JKU	-16
Moukari	67.08	Johanna Salmela	JKU	-17
<b>Keihäs</b>	<b>54.33</b>	<b>Roosa Ylönen</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>
<b>7-ottelu</b>	<b>5403</b>	<b>Elisa Kirvesniemi</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
	<b>(14,39, 165, 11.66, 26.37, 580, 38.03, 2.17,24)</b>			
4x100 m	44,64	Jyväskylän Kenttärheilijät		-14
(Ida Aidanpää, Hanna-Maari Latvala, Minna Laukka, Emmi Mäkinen)				
4x200 m	1.38,37	Jyväskylän Kenttärheilijät		-17
(Emma Koistinen, Minna Laukka, Ada Koistinen, Pinja Hirvilahti)				
4x400 m	3.43,84	Jyväskylän Kenttärheilijät		-14
(Emilija Manninen, Minna Laukka, Emmi Mäkinen, Hanna-Maari Latvala)				
<b>4x800 m</b>	<b>8.56,63</b>	<b>Jyväskylän Kenttärheilijät</b>		<b>-18</b>
(Heini Ikonen, Venla Saari, Janette Niemi, Lotta Mäkinen)				

3x3000 m kävely	46.54,00	Pihtiputaan Urheilijat		-86
(Taina Siekkinen, Anne Honkonen, Silja Soininen)				
3000 m käv	13.59,25	Anneli Kuukkanen	KonnU	-94
5000 m käv	24.04,22	Anneli Kuukkanen	KonnU	-93
10 km käv	49.39	Anneli Kuukkanen	KonnU	-93
20 km käv	1.49.00	Eira Hirvonen	HU-82	-94

## N 22

<b>100 m</b>	<b>11,65</b>	<b>Aino Pulkkinen</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>
150 m	18,15	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	-16
<b>200 m</b>	<b>23,73</b>	<b>Aino Pulkkinen</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>
300 m	38,02	Minna Laukka	JKU	-04
<b>400 m</b>	<b>54,07</b>	<b>Aino Pulkkinen</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-16</b>
<b>600 m</b>	<b>1.33,10</b>	<b>Saija Seppä</b>	<b>SuolUrho</b>	<b>-18</b>
800 m	2.07,86	Saija Seppä	SuolUrho	-16
1000 m	2.48,9	Minna Mäkelä	JKU	-82
1500 m	4.17,33	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-03
2000 m	6.14,36	Anni Tuimala	ÄänUrh	-00
3000 m	9.07,35	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-01
5000 m	16.03,35	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-03
10000 m	38.40,3	Jaana Hassi	KaipVi	-85
10 km	36.56	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-00
Puolimaraton	1:22.11	Marja Kantanen	JKU	-86
Maraton	3:07.48	Susanna Raitamäki	SaaPu	-08
100 m aj	13,43	Emma Koistinen	JKU	-16
200 m aj	27,13	Emma Koistinen	JKU	-16
300 m aj	41,67	Emma Koistinen	JKU	-17
400 m aj	58,34	Emma Koistinen	JKU	-17
3000 m ej	10.04,99	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-01
Korkeus	184	Tanja Leinonen	LauKU	-92
Seiväs	395	Eeva Niemelä	JKU	-08
Pituus	633	Emmi Mäkinen	JKU	-14
3-loikka	13.29	Teija Hannila	ÄänUrh	-02
Kuula	17.26	Ritva Metso	ToivRi	-75
Kiekko	57.39	Salla Sipponen	KeuKis	-17
Paino	16.94	Riikka Ahonen	KivjKiv	-04
Moukari	64.10	Johanna Salmela	JKU	-12
<b>Keihäs</b>	<b>54.33</b>	<b>Roosa Ylönen</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>
7-ottelu	5252	Ritva Valkeinen	JKU	-84
	<b>(14,10, 160, 11.89, 25.74, 567, 31.56, 2.20,10)</b>			
4x100 m	48,27	Jyväskylän Kenttärheilijät		-05
(Anne Mero, Suvi Saari, Maija Heinonen, Minna Laukka)				

4x400 m	3.52,12	Jyväskylän Kenttärheilijat		-82
(Ritva Valkeinen, Minna Mäkelä, Sari Kaistinen, Arja Viljanmaa)				
<b>4x800 m</b>	<b>8.56,63</b>	<b>Jyväskylän Kenttärheilijat</b>		<b>-18</b>
<b>(Heini Ikonen, Venla Saari, Janette Niemi, Lotta Mäkinen)</b>				
3000 m käv	14.23,22	Silja Soininen	PihtU	-87
5000 m käv	24.30,4	Silja Soininen	PihtU	-86
10 km käv	54.16	Silja Soininen	PihtU	-86

## N 19

100 m	11,85	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	-16
150 m	18,15	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	-16
200 m	23,95	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	-17
300 m	38,02	Minna Laukka	JKU	-04
400 m	54,36	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	-16
<b>600 m</b>	<b>1.34,08</b>	<b>Lotta Mäkinen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
800 m	2.07,86	Saija Seppä	SuolUrho	-16
1000 m	2.48,9	Minna Mäkelä	JKU	-82
1500 m	4.18,97	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-01
3000 m	9.07,35	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-01
5000 m	16.56,33	Anni Tuimala	ÄänUrh	-01
10 km	36.56	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-00
100 m aj	13,59	Emma Koistinen	JKU	-15
200 m aj	28,02	Ritva Valkeinen	JKU	-82
300 m aj	42,15	Ritva Valkeinen	JKU	-84
400 m aj	60,19	Arja Viljanmaa	HU-82	-84
2000 m ej	6.36,84	Anni Tuimala	ÄänUrh	-01
3000 m ej	10.04,99	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-01
Korkeus	184	Tanja Leinonen	LaukU	-92
Seiväs	385	Eeva Niemelä	JKU	-06
Pituus	611	Teija Hannila	ÄänUrh	-97
3-loikka	13,25	Teija Hannila	ÄänUrh	-98
Kuula	15,71	Anna Rauhala	LaukU	-94
Kiekko	54,38	Salla Sipponen	KeuKis	-14
Paino	14,62	Elina Uustalo	KonnU	-08
Moukari	58,81	Elina Uustalo	KonnU	-10
<b>Keihäs</b>	<b>54,33</b>	<b>Roosa Ylönen</b>	<b>ÄänUrh</b>	<b>-18</b>
7-ottelu	5252	Ritva Valkeinen	JKU	-84
	(14,10, 160, 11,89, 25,74, 567, 31.56, 2.20,10)			
4x100 m	48,27	Jyväskylän Kenttärheilijat		-05
(Anne Mero, Suvi Saari, Maija Heinonen, Minna Laukka)				
4x400 m	3.52,12	Jyväskylän Kenttärheilijat		-82
(Ritva Valkeinen, Minna Mäkelä, Sari Kaistinen, Arja Viljanmaa)				
3x800 m	6.41,42	Harjun Urheilijat	-82	-83

(Anita Höttönen, Päivi Peura, Arja Viljanmaa)				
4x800 m	9.35,49	Jyväskylän Kenttärheilijat		-16
(Emmi Pennanen, Miina-Maria Tuomala, Venla Saari, Alisa Virtanen)				
4x100 m aj	56,93	Jyväskylän Kenttärheilijat		-15
(Sini Toivola, Vilma Mainio, Emma Koistinen, Heta Rasinkangas)				
3000 m käv	14.23,22	Silja Soininen	PihtU	-87
5000 m käv	24.30,4	Silja Soininen	PihtU	-86
10 km käv	54.16	Silja Soininen	PihtU	-86

## N 17

100 m	11,89	Minna Laukka	JKU	-04
150 m	18,56	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	-15
200 m	24,42	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	-15
300 m	38,02	Minna Laukka	JKU	-04
400 m	56,81	Emma Kunnari	JKU	-03
<b>600 m</b>	<b>1.34,08</b>	<b>Lotta Mäkinen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
800 m	2.08,36	Saija Seppä	SuolUrho	-15
<b>1000 m</b>	<b>2.54,04</b>	<b>Venla Saari</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
1500 m	4.23,36	Saija Seppä	SuolUrho	-15
3000 m	9.43,29	Ulla Tuimala	ÄänUrh	-99
<b>5000 m</b>	<b>17.43,32</b>	<b>Venla Saari</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
10 km	37.58	Lotta Mäkinen	JKU	-16
100 m aj	13,89	Emma Koistinen	JKU	-13
<b>300 m aj</b>	<b>43,23</b>	<b>Heidi Salminen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
400 m aj	61,19	Siiri Rainio	JKU	-16
<b>1500 m ej</b>	<b>4.55,61</b>	<b>Venla Saari</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
<b>2000 m ej</b>	<b>6.45,14</b>	<b>Lotta Mäkinen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
<b>3000 m ej</b>	<b>10.52,01</b>	<b>Lotta Mäkinen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
Korkeus	184	Tanja Leinonen	LaukU	-92
Seiväs	375	Milla Siekkinen	JKU	-12
Pituus	611	Teija Hannila	ÄänUrh	-97
3-loikka	13,14	Teija Hannila	ÄänUrh	-97
Kuula 3,0 kg	14,71	Anna Rauhala	LaukU	-91
Kuula 4,0 kg	13,91	Anna Rauhala	LaukU	-92
Kiekko	48,59	Katja Strandman	ViiVi	-00
<b>Moukari 3,0 kg</b>	<b>63,17</b>	<b>Aada Koppeli</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
Moukari 4,0 kg	56,84	Elina Uustalo	KonnU	-09
Keihäs 500 g	52,88	Noora Ruuska	KannKi	-14
Keihäs 600 g	49,07	Piia Pyykkinen	SaaPu	-08
7-ottelu	4985	Emmi Mäkinen	JKU	-10
(14,42/+2.1, 162, 9.64, 26.21/-0.6, 579/+1.2, 35.96, 2.33.85)				
4x100 m	48,33	Jyväskylän Kenttärheilijat		-16
(Oona Nieminen, Ada Koistinen, Siiri Rainio, Roosa Mähönen)				

4x300 m	2.42,57	Jyväskylän Kenttärheilijat		-16
(Oona Nieminen, Heini Ikonen, Siiri Rainio, Ada Koistinen)				
4x400 m	3.59,23	Jyväskylän Kenttärheilijat		-96
(Minna Suomalainen, Riikka Jussila, Reetta Jussila, Ulla Repo)				
3x800 m	6.44,18	Jyväskylän Kenttärheilijat		-17
(Venla Saari, Lotta Mäkinen, Alisa Virtanen)				
4x800 m	9.35,49	Jyväskylän Kenttärheilijat		-16
(Emmi Pennanen, Miina-Maria Tuomala, Venla Saari, Alisa Virtanen)				
4x100 m aj	59,17	Jyväskylän Kenttärheilijat		-13
(Heta Rasinkangas, Reetta Aaltonen, Anni Halko, Sini Toivola)				
3000 m käv	14.26,0	Silja Soininen	PihtU	-86
5000 m käv	24.30,4	Silja Soininen	PihtU	-86
10 km käv	54.16	Silja Soininen	PihtU	-86

## T 15

100 m	12,28	Marjo Liminka	JKU	-87
150 m	19,37	Johanna Rossi	ÄänUrh	-02
200 m	25,46	Suvi Nisula	MuurY	-04
300 m	40,37	Virve Parkkonen	YU- Sport	-95
400 m	58,40	Anni Tuimala	ÄänUrh	-97
600 m	1.36,80	Alisa Virtanen	JKU	-17
800 m	2.09,68	Alisa Virtanen	JKU	-17
<b>1000 m</b>	<b>2.54,04</b>	<b>Venla Saari</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
<b>1500 m</b>	<b>4.33,19</b>	<b>Venla Saari</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
2000 m	6.20,35	Lotta Mäkinen	JKU	-16
3000 m	10.04,64	Lotta Mäkinen	JKU	-16
<b>5000 m</b>	<b>17.43,32</b>	<b>Venla Saari</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
10 km	37.58	Lotta Mäkinen	JKU	-16
<b>1500 m ej</b>	<b>4.55,61</b>	<b>Venla Saari</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
<b>80 m aj</b>	<b>11,33</b>	<b>Alisa Seilonen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
100 m aj	14,39	Niina Vehviläinen	LauKU	-91
200 m aj	28,1 h	Ritva Valkeinen	JKU	-80
	28,80	Niina Vehviläinen	LauKU	-91
<b>300 m aj</b>	<b>43,23</b>	<b>Heidi Salminen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
400 m aj	67,27	Emmi Pennanen	JKU	-17
Korkeus	175	Anita Erämies	MultJy	-79
Seiväs	350	Krista Koskinen	Jämskl	-13
Pituus	571	Heli Hietanen	JKU	-98
3-loikka	12.25	Ria Ahonen	ÄänUrh	-06
Kuula	14.43	Anna Rauhala	LauKU	-90
Kiekko 0,75 kg	49.54	Assi Jämsen	JKU	-15
Moukari 3,0 kg	58.97	Aada Koppeli	JKU	-17
Moukari 4,0 kg	50.80	Kaisa Ahonen	KivijKi	-01

<b>Keihäs 400 g</b>	<b>54.18</b>	<b>Varpu-Sofia Heinonen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
6-ottelu	2933	Heli Hietanen	JKU	-98
	(12,07 - 165 - 9,27 - 484 - 31.79 - 2.40,08)			
5-ottelu	2802	Vilma Mainio	JKU	-11
	(11,89 - 549 - 36,88 - 156 - 2.27,90)			
<b>4x100 m</b>	<b>49,78</b>	<b>Jyväskylän Kenttärheilijat</b>		<b>-18</b>
(Hilma Kinnunen, Heidi Salminen, Minea Vertala, Alisa Seilonen)				
4x800 m	9.35,49	Jyväskylän Kenttärheilijat		-16
(Emmi Pennanen, Miina-Maria Tuomala, Venla Saari, Alisa Virtanen)				
<b>4x80 m aj</b>	<b>47,15</b>	<b>Jyväskylän Kenttärheilijat</b>		<b>-18</b>
(Gea Zitting, Alisa Seilonen, Hilma Kinnunen, Heidi Salminen)				
3000 m käv	14.52,6	Taina Siekkinen	PihtU	-83
5000 m käv	26.18,5	Taina Siekkinen	PihtU	-83

## T 14

100 m	12,51	Marjo Liminka	JKU	-86
150 m	19,94	Reeta Parkkonen	ToivRi	-02
200 m	25,6 h	Marjo Liminka	JKU	-86
300 m	40,71	Ritva Valkeinen	JKU	-79
400 m	59,25	Alisa Virtanen	JKU	-16
600 m	1.38,41	Venla Saari	JKU	-17
800 m	2.13,13	Alisa Virtanen	JKU	-16
1000 m	2.55,98	Venla Saari	JKU	-17
1500 m	4.46,61	Lotta Mäkinen	JKU	-15
2000 m	6.22,25	Venla Saari	JKU	-17
3000 m	10.32,37	Lotta Mäkinen	JKU	-15
10 km	38.18	Venla Saari	JKU	-17
1500 m ej	5.03,22	Venla Saari	JKU	-17
<b>80 m aj</b>	<b>11,33</b>	<b>Alisa Seilonen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
200 m aj	28,9 h	Ritva Valkeinen	JKU	-79
	29,67	Vilma Mainio	JKU	-10
300 m aj	44,88	Emmi Pennanen	JKU	-16
Korkeus	174	Anita Erämies	MultJy	-78
Seiväs	341	Milla Siekkinen	JKU	-09
Pituus	569	Heli Hietanen	JKU	-97
3-loikka	12.01	Ria Ahonen	ÄänU	-05
Kuula	13.25	Katja Strandman	ViitVi	-97
	13.25	Kaisa Ahonen	KivijKi	-00
Kiekko 0,75 kg	43.00	Vilma Räsänen	ViitVi	-17
Moukari 3,0 kg	55.59	Elina Uustalo	KonnU	-06
Moukari 4,0 kg	45.85	Kaisa Ahonen	KivijKi	-00
Keihäs 400 g	50.36	Carita Pekkanen	SaaPu	-81



6-ottelu	2787	Heli Hietanen	JKU	-97
	(12.04, 162, 854, 538, 22.54, 2.48,18)			
5-ottelu	2581	Vilma Mainio	JKU	-10
	(12.46/+1.5, 537/+1.6, 36.22, 153, 2.31,13)			
3000 m käv	15.27,0	Taina Siekkinen	PihtU	-82

## T 13

<b>60 m</b>	<b>8,06i</b>	<b>Hilma Kinnunen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
<b>100 m</b>	<b>12,67</b>	<b>Hilma Kinnunen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
150 m	20,68	Emmi Mäkinen	JKU	-06
200 m	27,16	Tanja Weckman	ÄänUrh	-00
	27,16	Vilma Mainio	JKU	-09
300 m	42,62	Virve Parkkonen	YU-Sport	-93
600 m	1.40,48	Anna Kunnari	JKU	-02
800 m	2.21,1	Marja Saari	JKU	-79
1000 m	2.58,11	Alisa Virtanen	JKU	-15
1500 m	5.01,14	Saara Patama	SaaPu	-03
2000 m	6.46,72	Venla Saari	JKU	-16
1500 mej	5.35,27	Venla Saari	JKU	-15
60 m aj 6/76,2 cm	9,15	Alisa Seilonen	JKU	-17
<b>80 m aj</b>	<b>12,25</b>	<b>Hilma Kinnunen</b>	<b>JKU</b>	<b>-18</b>
200 m aj	30,71	Alisa Seilonen	JKU	-17
<b>Korkeus</b>	<b>163</b>	<b>Tuuli Järvinen</b>	<b>KeuKis</b>	<b>-18</b>
<b>Seiväs</b>	<b>323</b>	<b>Tuuli Järvinen</b>	<b>KeuKis</b>	<b>-18</b>
Pituus	549	Emmi Mäkinen	JKU	-06
3-loikka	11.23	Laura Koivisto	JKU	-14
Kuula 2.5 kg	13.40	Katja Strandman	ViiTVi	-96
Kuula 3.0 kg	12.18	Anna Rauhala	LaukU	-88
Kiekko 0.6 kg	49.25	Anna-Maria Muittari	ViiTVi	-98
Kiekko 1.0 kg	36.12	Katja Strandman	ViiTVi	-96
Moukari 2.5 kg	49.04	Kaisa Ahonen	KivijKi	-99
Moukari 3.0 kg	52.14	Kiia Siponen	ÄänUrh	-14
Moukari 4.0 kg	42.16	Kiia Siponen	ÄänUrh	-14
Keihäs 400 g	47.16	Viivi Raatikainen	ViiTVi	-16
Keihäs 500 g	39.16	Viivi Raatikainen	ViiTVi	-16
Keihäs 600 g	36.85	Kaisu Vesterinen	KannKi	-05
4-ottelu	1993	Emmi Mäkinen	JKU	-06
		(9,82 - 5.36 - 9,61 - 1.52,71)		
5-ottelu	2087	Alisa Seilonen	JKU	-17
		(9,34-456-154-17.80-2.45,35)		
4x100 m	52,75	Äänekosken Urheilijat		-00
(Johanna Rossi, Tanja Weckman, Maiju Pajari, Suvi Kuukkanen)				

4x600 m	7.02,30	Jyväskylän Kenttärheilijat		-15
		(Emmi Pennanen, Neili Marjanen, Venla Saari, Alisa Virtanen)		
4x60 m aj	40,83	Jyväskylän Kenttärheilijat		-16
		(Riikka Savolainen, Alisa Seilonen, Veera-Sofia Heinonen, Heidi Salminen)		
2000 m käv	10.16,47	Annika Silvast	HankHa	-09
3000 m käv	16.01,0	Virve Berg	KonnU	-91

## T 12

60 m	8,23	Emmi Mäkinen	JKU	-05
100 m	13,29	Virve Parkkonen	YU-Sport	-92
200 m	27,23	Tanja Weckman	ÄänUrh	-99
300 m	43,9 h	Eija Kälvinmäki	KeurKi	-75
600 m	1.44,47	Anna Kunnari	JKU	-01
800 m	2.25,5	Virpi Heimonen	HankHa	-78
1000 m	3.11,24	Lotta Mäkinen	JKU	-13
1500 m	5.03,98	Lotta Mäkinen	JKU	-13
2000 m	6.49,77	Lotta Mäkinen	JKU	-13
60 m aj 6/76,2 cm	9,93	Alisa Seilonen	JKU	-16
200 m aj	33,69	Heidi Salminen	JKU	-15
Korkeus	155	Emmi Mäkinen	JKU	-05
Seiväs	280	Annika Ahonen	JKU	-14
Pituus	528	Emmi Mäkinen	JKU	-05
3-loikka	11.16	Emmi Mäkinen	JKU	-05
Kuula 2.5 kg	12.99	Erja Stenberg	JämsJy	-86
Kuula 3.0 kg	11.21	Erja Stenberg	JämsJy	-86
Kiekko 0,6 kg	46.68	Anna-Maria Muittari	ViiTVi	-97
Moukari 2.5 kg	43.80	Kiia Siponen	SuolU	-13
Moukari 3,0 kg	43.98	Kiia Siponen	SuolU	-13
Moukari 4.0 kg	35.24	Kaisa Ahonen	KivijKi	-98
Keihäs	42.45	Viivi Raatikainen	ViiTVi	-15
4-ottelu	1734	Emmi Mäkinen	JKU	-05
	(9,7h – 470 – 898 - 1.56,1h)			
5-ottelu	1725	Mimosa Teerijoki	JKU	-16
	(11,45-425-136-33.35-2.45,37)			
2000 m käv	10.28,62	Elina Nieminen	SuolU	-12
3000 m käv	16.31,81	Elina Nieminen	SuolU	-12

## T 11

60 m	8,33	Emmi Mäkinen	JKU	-04
100 m	13,52	Emmi Mäkinen	JKU	-04
150 m	20,45	Emmi Mäkinen	JKU	-04
300 m	46,95	Marika Mönttinen	ViiTVi	-87



600 m	1.49,37	Anna Kunnari	JKU	-00	Pituus	461	Kiika Tarhonen	HankHa	-02
800 m	2.32,3	Sirpa Arponen	LeppLe	-80	3-loikka	978	Kiika Tarhonen	HankHa	-02
1000m	3.17,40	Milla Kiminkinen	JKU	-08	Kuula	10.40	Kiika Tarhonen	HankHa	-02
2000 m	7.32,31	Milla Kiminkinen	JKU	-08	Kiekko	27.73	Elina Uustalo	KonnU	-02
60 m aj 60 cm	10,10	Alisa Seilonen	JKU	-15	Moukari	26.40	Anne Pynnönen	HankHa	-13
Korkeus	145	Tuuli Järvinen	KeuKis	-16	Keihäs	29.10	Eerika Siekkinen	PihtipTu	-16
Seiväs	231	Tuuli Järvinen	KeuKis	-16	Pallo	47.40	Kiika Tarhonen	HankHa	-02
Pituus	504	Emmi Mäkinen	JKU	-04	3-ottelu	1222	Kiika Tarhonen	HankHa	-02
3-loikka	10.11	Emmi Mäkinen	JKU	-04		(8,93 – 451 – 9.74)			
Kuula	12.05	Anna-Maria Muittari	ViiVi	-96	4-ottelu	1176	Tuuli Järvinen	KeuKis	-15
Kiekko	32.38	Anna-Maria Muittari	ViiVi	-96			(11,25-134-24.30-3.07,13)		
Moukari 2.5 kg	39.54	Kiia Siponen	SuolU	-12	1000 m käv	5.11,8	Reetta Vehkalampi	KyyjKy	-89
Keihäs	36.86	Jaana Paananen	PihtU	-77					
3-ottelu	1413	Kiika Tarhonen	HankHa	-03					
	(8,83 – 478 - 11.64)								
4-ottelu	1210	Alisa Seilonen	JKU	-15					
	(10,19-137-14.38-3.11,21)								
4x50 m	28,89	Jyväskylän Kenttäreilijät		-16	<b>T 9</b>				
(Hilma Kinnunen, Noora Salmi, Elli Isoluoma, Saga Koppeli)					40 m	6,47	Riina Jormakka	KaipVi	-05
4x100 m	58,57	Jyväskylän Kenttäreilijät		-99	60 m	9,29	Heidi Hämäläinen	ÄänUrh	-91
(Laura Leppänen, Ida-Lisa Tolvanen, Suvi Lehosvuo, Kirsi-Mari Kupsa)					100 m	15,34	Heidi Hämäläinen	ÄänUrh	-91
4x600 m	7.48,71	Jyväskylän Kenttäreilijät		-01	150 m	23,62	Kiika Tarhonen	HankHa	-01
(Henriikka Virtanen, Outi Lahtinen, Suvi Panttila, Elina Panttila)					200 m	31,48	Heidi Hämäläinen	ÄänUrh	-91
4x60 m aj	42,74	Jyväskylän Kenttäreilijät		-03	300 m	52,5	Sari Puranen	ÄänUrh	-86
(Susan Itani, Veera Leppänen, Titta Kempainen, Emmi Mäkinen)					600 m	2.01,42	Maria Lappalainen	KivijKi	-99
1000 m käv	4.55,04	Melia Palsinajärvi	KaipVi	-16	800 m	2.47,7	Mervi Urpilainen	KinnKi	-92
2000 m käv	10.57,13	Reetta Vehkalampi	KyyjKy	-90	1000 m	3.38,78	Elina Nieminen	SuolU	-09
3000 m käv	17.34,0	Reetta Vehkalampi	KyyjKy	-90	60 m aj 60 cm	11,30	Annika Ahonen	JKU	-11
					Korkeus	122	Tuuli Järvinen	KeuKis	-14
<b>T 10</b>					Seiväs	180	Annika Ahonen	JKU	-11
60 m	8,77	Emmi Mäkinen	JKU	-03	Pituus	426	Kiika Tarhonen	HankHa	-01
100 m	14,55	Kiika Tarhonen	HankHa	-02	3-loikka	857	Aino Pulkkinen	SuolU	-07
150 m	21,69	Kiika Tarhonen	HankHa	-02	Kuula	834	Riikka Lundberg	HankHa	-04
200 m	31,21	Mari Järvinen	KaipVi	-87	Kiekko	22.18	Katja Strandman	ViiVi	-92
300 m	49,72	Kiika Tarhonen	HankHa	-02	Moukari	20.61	Nanna Leivonen	JKU	-12
600 m	1.51,96	Henriikka Virtanen	JKU	-00	Keihäs	24.62	Eerika Siekkinen	PihtTu	-15
800 m	2.36,6	Virpi Heimonen	HankHa	-76	Pallo	37.17	Kiika Tarhonen	HankHa	-01
1000 m	3.24,18	Niia Salminen	JKU	-12	3-ottelu	809	Kiika Tarhonen	HankHa	-01
1500 m	5.39,41	Elina Nieminen	SuolU	-10		(6,5 – 399 - 37.17)			
2000 m	7.36,59	Mervi Urpilainen	KinnKi	-93	<b>4x50 m</b>	31,80	Jyväskylän Kenttäreilijät		-13
<b>60 m aj 60 cm 10,59</b>		<b>Nelli Flyktman</b>	<b>KaipVi</b>	<b>-18</b>	(Elli Huovinen, Mimosa Teerijoki, Alisa Seilonen, Alisa Lyyra)				
Korkeus	137	Tuuli Järvinen	KeuKis	-15	<b>31,3 h</b>		<b>Jyväskylän Kenttäreilijät</b>		<b>-18</b>
Seiväs	195	Eerika Siekkinen	PihtipTu	-16	<b>(Pihla Hyypä, Venla Salminen, Enni Mustaparta, Kiira Kahilainen)</b>				
					4x400 m	5.33,88	Suolahden Urho		-09
					(Elina Nieminen, Miia Seppä, Rosa-Maria Hämäläinen, Tessa Toropainen)				
					600 m käv	3.00,34	Elina Nieminen	SuolU	-09
					1000 m käv	5.43,5	Sari Anttonen	SuolU	-00

# KESKI-SUOMEN HALLIENNÄTYKSET

## MIEHET

50 m	5,89	Tero Ridanpää	JKU	Jyväskylä	060296
60 m	6,71	Harri Kivelä	JKU	Kuopio	170296
100 m	10,64	Harri Kivelä	JKU	Tampere	120296
150 m	16,32	Elmo Lakka	JKU	Jyväskylä	200118
200 m	21,68	Petteri Monni	JKU	Jyväskylä	070215
300 m	34,60	Petteri Monni	JKU	Jyväskylä	140117
400 m	48,67	Petteri Monni	JKU	Steinkjer	110212
600 m	1.21,84	Pasi Suutarinen	JKU	Jyväskylä	250194
800 m	1.51,83	Keijo Kumpulainen	PihtiU	Lidingö	160286
1000 m	2.27,24	Juha Kukkamo	KeurKis	Jyväskylä	210197
1500 m	3.46,77	Juha Kukkamo	KeurKis	Rovaniemi	150297
Maili	4.05,7	Olavi Salonen	KaipVi	San Francisco	150263
2000 m	5.25,4	Matti Huttunen	KaipVi	Espoo/O	210456
3000 m	7.58,84	Risto Ulmala	SaaPu	Kuortane	070287
5000 m	13.50,0	Esko Lipsonen	JKU	Turku	250273
50 m aj	6,97	Pekka Vesterinen	Jämsl	Laukaa	150189
<b>60 m aj</b>	<b>7,65</b>	<b>Elmo Lakka</b>	<b>JKU</b>	<b>Glasgow</b>	<b>020319</b>
110 m aj	16,33	Reijo Tanttinen	VaajKu	Tampere	150386
Korkeus	233	Osku Torro	JKU	Tampere	050211
Seiväs	522	Tero Joutsen	LeppävLe	Jyväskylä	270200
Pituus	787	Mika Kahma	SaaPu	Vaxjö	050394
3-loikka	16.21	Janne Kinnunen	ViitVi	Indianapolis	120394
Kuula	18.74	Tapio Rauhala	JKU	Jyväskylä	280273
Kiekko	52.74	Anssi Mäkinen	Jämsl	Kajaani	040395
Keihäs	85.78	Matti Närhi	ViitVi	Kajaani	030396
7-ottelu	5434	Sami Itani	JKU	Helsinki	060311
		(7,27-664-14.61-201-8,38-430-2.51,78)			
4x200 m	1.28,43	Jyväskylän Kenttärheilijat		Kuortane	230292
		(Harri Kivelä-Tero Ridanpää-Esa Kaihlajärvi-Markku Koistinen)			
4x400 m	3.23,52	Jyväskylän Kenttärheilijat		Jyväskylä	270294
		(Sebastian Siukonen-Pasi Valoranta-Jarmo Kouko-Janne Virtapohja)			
4x800 m	10.10,82	Jyväskylän Kenttärheilijat		Jyväskylä	031293
		(Tommi Vuorela-Visa Keskitalo-Markus Kouko-Jouni Liukkonen)			
3000 m käv	13.06,1	Anssi Poikolainen	HU-82	Jyväskylä	080296
5000 m käv	22.53,41	Anssi Poikolainen	HU-82	Jyväskylä	180295
PITKÄLLÄ RADALLA <YLI 201,17 m>					
200 m	21,64	Harri Kivelä	JKU	Tampere	150292
800 m	1.49,56	Juha Kukkamo	KeurKis	Kuopio	230297
300 m aj	37,56	Markku Koistinen	JKU	Tampere	100290

4x300 m 2.20,23 Jyväskylän Kenttärheilijat Tampere 020292  
(Pasi Valoranta-Mauri Siekkinen-Harri Kivelä-Markku Koistinen)

## MIEHET -22

60 m	6,74	Tero Ridanpää	JKU	Jyväskylä	260294
<b>150 m</b>	<b>16,65</b>	<b>Iari Manninen</b>	<b>JKU</b>	<b>Jyväskylä</b>	<b>190119</b>
200 m	22,12	Petteri Monni	JKU	Helsinki	270211
300 m	35,39	Daniel Savolainen	JKU	Jyväskylä	140117
400 m	48,67	Petteri Monni	JKU	Steinkjer	110212
800 m	1.52,18	Juha Kukkamo	KeurKis	Kuortane	080297
1000 m	2.27,24	Juha Kukkamo	KeurKis	Jyväskylä	210197
1500 m	3.46,77	Juha Kukkamo	KeurKis	Rovaniemi	150297
3000 m	8.14,87	Jouni Rinne	SaaPu	Kuortane	070287
5000 m	14.02,8	Kaarlo Maaninka	SaaPu	Turku	240274
60 m aj	7,81	Elmo Lakka	JKU	Tampere	220215
	7,81	Elmo Lakka	JKU	Tampere	220215
Korkeus	216	Arttu Mattila	ÄänUrh	Jyväskylä	170118
Seiväs	522	Tero Joutsen	LeppävLe	Jyväskylä	270200
Pituus	777	Kristian Pulli	KaipVi	Tampere	220215
3-loikka	15.57	Kristian Pulli	KaipVi	Jyväskylä	160213
Kuula	16.43	Tomi Nissinen	LauKU	Jyväskylä	310195
Kiekko	52.74	Anssi Mäkinen	Jämsl	Kajaani	040395
Keihäs	85.78	Matti Närhi	ViitVi	Kajaani	030395
7-ottelu	5237	Sebastian Siukonen	JKU	Jyväskylä	240193
		(7,16-668-12.08-185-8,4h-460-2.49,19)			
4x200 m	1.31,09	Jyväskylän Kenttärheilijat		Jyväskylä	170118
		(Daniel Savolainen,Jesse Väyrynen,Juuso Peltola,Viljami Hietaharju)			
5000 m käv	22.53,41	Anssi Poikolainen	HU-82	Jyväskylä	180295
PITKÄLLÄ RADALLA <YLI 201,17 m>					
200 m	22,01	Petteri Monni	JKU	Tampere	190212
300 m	35,38	Petteri Monni	JKU	Mustasaari	160108
800 m	1.49,56	Juha Kukkamo	KeurKis	Kuopio	230297
300 m aj	37,98	Tuomas Liisanantti	JKU	Kuopio	020208
MIEHET -19					
<b>60 m</b>	<b>6,90</b>	<b>Jesse Väyrynen</b>	<b>JKU</b>	<b>Kuopio</b>	<b>170219</b>
150 m	16,74	Daniel Savolainen	JKU	Jyväskylä	140117
200 m	22,32	Petteri Monni	JKU	Jyväskylä	020308
300 m	35,39	Daniel Savolainen	JKU	Jyväskylä	140117
400 m	49,57	Petteri Monni	JKU	Jyväskylä	010308
800 m	1.53,49	Joonas Rinne	SaaPu	Jyväskylä	170213
1000 m	2.30,84	Vesa Kukkamo	KeurKis	Jyväskylä	210197

1500 m	4.05,51	Juha Kukkammo	KeurKis	Kuortane	240193
3000 m	8.52,79	Juha Kukkammo	KeurKis	Jyväskylä	060294
60 m aj	7,93	Arttu Niinikoski	KarsKi	Jyväskylä	020208/020308
	7,93	Ilari Manninen	JKU	Helsinki	060316
Korkeus	216	Arttu Mattila	ÄänUrh	Jyväskylä	170118
Seiväs	515	Olli-Pekka Mattila	YU-2000	Kuortane	220189
Pituus	731	Kristian Pulli	KaipVi	Tampere	230213
3-loikka	15.57	Kristian Pulli	KaipVi	Jyväskylä	160213
Kuula	16.37	Matti Kahilainen	PihtiTu	Helsinki	150214
Kiekko	55.50	Veikko Laitinen	KeuKis	Pori	060216
Keihäs	72.28	Matti Närhi	ViitVi	Kemi	200294
7-ottelu	5456	Aki Heikkinen	ÄänUrh	Jyväskylä	080298
		(7,29-692-14,71-182-8,49-453-2.43,78)			
4x200 m	1.31,09	Jyväskylän Kenttärheilijät		Jyväskylä	170118
(Daniel Savolainen,Jesse Väyrynen,Juuso Peltola,Viljami Hietaharju)					
3000 m käv	13.06,1	Anssi Poikolainen	HU-82	Jyväskylä	080296
5000 m käv	22.53,41	Anssi Poikolainen	HU-82	Jyväskylä	180295

#### PITKÄLLÄ RADALLA <201,17 m>

200 m	22,30	Jussi Pelttonen	JämsJy	Tampere	150298
300 m	35,38	Petteri Monni	JKU	Mustasaari	160108
400 m	49,37	Petteri Monni	JKU	Joensuu	230208
3000 m	8.39,79	Juha Kukkammo	KeuKis	Oulu	180295
300 m aj	37,99	Ilari Manninen	JKU	Tampere	220215

#### MIEHET -17

60 m	7,06	Jesse Väyrynen	JKU	Tampere	120217
150 m	16,77	Jesse Väyrynen	JKU	Jyväskylä	140117
200 m	22,67	Aaron Savolainen	JKU	Jyväskylä	080214
300 m	35,45	Daniel Savolainen	JKU	Helsinki	060316
400 m	52,28	Iiro Surkka	JKU	Kuortane	150115
800 m	1.58,56	Miika Lehtinen	JKU	Helsinki	050316
1000 m	2.42,8	Joona Lyly	JKU	Jyväskylä	220111
1500 m	4.05,51	Juha Kukkammo	KeurKis	Kuortane	240193
60 m aj	7,97	Jesse Väyrynen	JKU	Tampere	100317
Korkeus	216	Arttu Mattila	ÄänUrh	Jyväskylä	170118
Seiväs	478	Olli Leppänen	JKU	Jyväskylä	260200
Pituus	693	Toni Kysenius	ÄänUrh	Tampere	190294
<b>3-loikka</b>	<b>14.69</b>	<b>Jonatan Kinnunen</b>	<b>JKU</b>	<b>Joensuu</b>	<b>240219</b>
Kuula	17.40	Matti Kahilainen	PihtiTu	Jyväskylä	010213
Kiekko	58.68	Veikko Laitinen	KeuKis	Pori	010314
Keihäs	71.20	Marko Kantanen	KyyjKy	Kajaani	050395
7-ottelu	5262	Sami Itani	JKU	Jyväskylä	140204
		(7,30-667-15,43-203-8,49-360-2.53,49)			

3000 m käv	13.06,1	Anssi Poikolainen	HU-82	Jyväskylä	080296
4x200 m	1.35,41	Jyväskylän Kenttärheilijät		Kuortane	130200
(Panu Helanterä-Hannu Onnela-Severi Vesterinen-Jussi Kaihlajärvi)					

#### PITKÄLLÄ RADALLA <YLI 201,17 m>

400 m	51,72	Jarmo Kouko	JKU	Tampere	140293
3000 m	8.58,52	Juha Kukkammo	KeuKis	Tampere	140293
300 m aj	39,91	Kaapo Kangas	JKU	Tampere	280216

#### POJAT -15

60 m	7,28	Jesse Väyrynen	JKU	Tampere	070315
200 m	23,88	Aaron Savolainen	JKU	Helsinki	030312
300 m	37,72	Aaron Savolainen	JKU	Kuortane	260212
800 m	2.04,2	Pekka Linna	JKU	Laukaa	110384
1000 m	2.45,30	Joona Lyly	JKU	Jyväskylä	140209
2000 m	6.26,66	Iiro Surkka	JKU	Jyväskylä	160313
60 m aj	8,25	Juuso Peltola	JKU	Kuortane	130316
Korkeus	205	Arttu Mattila	ÄänUrh	Jyväskylä	020216
Seiväs	420	Olli-Pekka Mattila	ÄänHu	Turku	270185
Pituus	661	Juho Nieminen	JKU	Tampere	210215
3-loikka	14.03	Juho Nieminen	JKU	Tampere	070315
Kuula	17.19	Matti Kahilainen	PihtiTui	Kalajokki/H	150111
Kiekko	58.97	Veikko Laitinen	KeurKis	Tampere	100312
Keihäs	58.88	Toni Kotilainen	KivKiv	Kuopio	100391
5-ottelu	3202	Juho Nieminen	JKU	Tampere	210215
		(8,92 661 13.02 280 3.29,10)			

3000 m käv	14.47,00	Anssi Poikolainen	HU-82	Jyväskylä	060393
4x200 m	1.41,88	Jyväskylän Kenttärheilijät		Jyväskylä	040114
(Jesse Väyrynen-Apollo Brasil Da Costa Doria-Kaapo Kangas-Daniel Savolainen)					

#### PITKÄLLÄ RADALLA <YLI 201,17 m>

300 m aj	40,61	Juuso Peltola	JKU	Tampere	050316
1500 m	4.19,45	Juha Kukkammo	KeurKis	Oulu	100291
3000 m käv	14.19,19	Anssi Poikolainen	HU-82	Tampere	190294

#### POJAT -14

60 m	7,50	Juuso Peltola	JKU	Tampere	070315
200 m	24,98	Juha Kaihlajärvi	JKU	Jyväskylä	270304
800 m	2.17,80	Iiro Surkka	VaajKu	Jyväskylä	280112
1000 m	2.57,94	Eemil Helander	JKU	Jyväskylä	170115
2000 m	6.38,94	Kalevi Jääskeläinen	KyyjKy	Kuortane	220298
<b>60 m aj</b>	<b>8,85</b>	<b>Lassi Nalkki</b>	<b>JKU</b>	<b>Jyväskylä</b>	<b>160319</b>
Korkeus	202	Arttu Mattila	ÄänUrh	Jyväskylä	271215

Seiväs	360	Heikki Leppänen	JKU	Tampere	070399
Pituus	600	Juho Nieminen	JKU	Tampere	090314
3-loikka	13.12	Juho Nieminen	JKU	Tampere	080314
Kuula	15.52	Matti Kahilainen	PihtiTui	Tampere	130310
Kiekko	54.04	Veikko Laitinen	KeurKis	Tampere	120311
Keihäs	51.21	Valtteri Parkkonen	KyyjKy	Tampere	100313
3000 m käv	14.47,00	Anssi Poikolainen	HU-82	Jyväskylä	060393
5-ottelu	2441	Juho Nieminen	JKU	Jyväskylä	010314
		(9,53 566 10.58 250 3.39,71)			

#### PITKÄLLÄ RADALLA <YLI 201,17 m>

200 m	24,94	Juuso Peltola	JKU	Oulu	030115
200 m aj	30,08	Joel Kelly	JKU	Tampere	130310
300 m	40,08	Janne Rossi	ÄänUrh	Tampere	070399
800 m	2.10,53	Joona Lylly	JKU	Tampere	080308

#### NAISET

50 m	6.63	Marjo Liminka	JKU	Laukaa	310188
60 m	7.23	Johanna Manninen	JKU	Birmingham	030307
100 m	11,63	Johanna Manninen	JKU	Tampere	040207
150 m	18,18	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	Jyväskylä	140117
200 m	23,30	Hanna-Maari Latvala	JKU	Växjö	090213
300 m	39,27	Emma Koistinen	JKU	Jyväskylä	140117
400 m	54,98	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	Helsinki	270118
600 m	1.35,97	Heini Ikonen	JKU	Jyväskylä	140117
800 m	2.10,92	Alisa Virtanen	JKU	Kuortane	240218
1000 m	2.55,51	Saija Seppä	SuolUrho	Jyväskylä	210115
1500 m	4.19,90	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Kuortane	220203
Maili	4.54,4	Minna Mäkelä	JKU	Heinola/V	250284
2000 m	6.38,51	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Jyväskylä	230297
3000 m	9.11,10	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Kuortane	230203
<b>60 m aj</b>	<b>7,97</b>	<b>Nooralotta Neziri</b>	<b>JKU</b>	<b>Kuopio</b>	<b>170219</b>
Korkeus	185	Anita Erämies	MultJy	Rovaniemi	170285
Seiväs	410	Eeva Niemelä	JKU	Tampere	030213
Pituus	634	Emmi Mäkinen	JKU	Turku	280215
3-loikka	13.28	Teija Hannila	ÄänUrh	Jyväskylä	270205
Kuula	17.14	Anna Rauhala	HankHa	Kuopio	220297
<b>Kiekko</b>	<b>56.53</b>	<b>Salla Sipponen</b>	<b>KeurKis</b>	<b>Tampere</b>	<b>010319</b>
Keihäs	46.51	Mira Kuula	PihtiTu	Pori	080309
Keihäs(vanha)	51.62	Jaana Paananen	PihtiU	Kuopio	180389
5-ottelu	4008	Elisa Kirvesniemi	JKU	Kuortane	130316
		(8,88-161-11.96-605-2.21,51)			

4x200 m	1.38,37	Jyväskylän Kenttärheilijat	Jyväskylä	190217	
		(Emma Koistinen-Minna Laukka-Ada Koistinen-Pinja Hirvilahti)			
4x400 m	4.18,78	Jyväskylän Kenttärheilijat	Jyväskylä	260294	
		(Riikka Jussila-Minna Suomalainen-Eeva-Maria Marjakoski-Ulla Repo)			
4x800 m	11.26,63	Jyväskylän Kenttärheilijat	Jyväskylä	031293	
		(Maija Mykkänen-Essi Nieminen-Soile Liukkonen-Susanna Järvenpää)			
3000 m käv	13.59,00	Anneli Kuukkanen	KonnU	Jyväskylä	170294

#### PITKÄLLÄ RADALLA <YLI 201,17 m >

1500 m	4.17,33	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Mustasaari	100203
3000 m est	10.24,42	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Mustasaari	090202
300 m aj	41,67	Emma Koistinen	JKU	Tampere	110217
4x300 m	2.39,07	Jyväskylän Kenttärheilijat	Tampere	280216	
		(Ada Koistinen-Minna Laukka-Emma Koistinen-Hanna-Maari Latvala)			

#### NAISET -22

<b>60 m</b>	<b>7,47</b>	<b>Aino Pulkkinen</b>	<b>JKU</b>	<b>Kuopio</b>	<b>160219</b>
150 m	18,18	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	Jyväskylä	140117
<b>200 m</b>	<b>23,98</b>	<b>Aino Pulkkinen</b>	<b>JKU</b>	<b>Baerum</b>	<b>100219</b>
300 m	39,27	Emma Koistinen	JKU	Jyväskylä	140117
400 m	54,98	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	Helsinki	270118
600 m	1.35,97	Heini Ikonen	JKU	Jyväskylä	140117
800 m	2.10,92	Alisa Virtanen	JKU	Kuortane	240218
1000 m	2.55,51	Saija Seppä	SuolUrho	Jyväskylä	210315
1500 m	4.19,90	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Kuortane	220203
3000 m	9.11,10	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Kuortane	230203
<b>60 m aj</b>	<b>8,24</b>	<b>Julia Enarvi</b>	<b>JKU</b>	<b>Kuopio</b>	<b>170219</b>
Korkeus	185	Anita Erämies	MultJy	Rovaniemi	170285
Seiväs	395	Eeva Niemelä	JKU	Joensuu	230208
Pituus	634	Emmi Mäkinen	JKU	Turku	280215
3-loikka	13.27	Teija Hannila	ÄänUrh	Kuopio	220297
Kuula	17.14	Anna Rauhala	HankHa	Kuopio	230297
Kiekko	52.72	Salla Sipponen	KeurKis	Växjö	130216
Keihäs	46.51	Mira Kuula	PihtiTu	Pori	080309
Keihäs(vanha)	51.44	Jaana Paananen	PihtiU	Kuopio	190388
5-ottelu	3650	Katri Paananen	KeurKis	Jyväskylä	090297
		(9,09-166-10.31-568-2.33,44)			
4x200 m	1.42,21	Jyväskylän Kenttärheilijat	Kuortane	150115	
		(Inari Heikkinen-Emma Koistinen-Sini Toivola-Anni Halko)			
3000 m käv	14.23,22	Silja Soininen	PihtiU	Turku	180187

## PITKÄLLÄ RADALLA &lt;YLI 201,17 m &gt;

<b>200 m</b>	<b>23,82</b>	<b>Aino Pulkkinen</b>	<b>JKU</b>	<b>Kuopio</b>	<b>170219</b>
1500 m	4.17,33	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Mustasaari	100203
300 m aj	41,67	Emma Koistinen	JKU	Tampere	110217

## NAISET -19

60 m	7,61	Mari Kiminkinen	PylkTe	Jyväskylä	310197
150 m	18,18	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	Jyväskylä	140117
200 m	24,75	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	Jyväskylä	280117
300 m	39,79	Minna Laukka	JKU	Helsinki	240204
400 m	56,67	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	Jyväskylä	180217
600 m	1.35,97	Heini Ikonen	JKU	Jyväskylä	140117
800 m	2.10,92	Alisa Virtanen	JKU	Kuortane	240218
1000 m	2.55,51	Saija Seppä	SuolUrho	Jyväskylä	210301
1500 m	4.29,07	Alisa Virtanen	JKU	Helsinki	170218
<b>3000 m</b>	<b>10.18,27</b>	<b>Alisa Virtanen</b>	<b>JKU</b>	<b>Jyväskylä</b>	<b>020219</b>
60 m aj	8,53	Emma Koistinen	JKU	Kuortane	310115
Korkeus	177	Anita Erämies	MultJy	Heinola/V	200282
	177	Tanja Leinonen	LaukU	Tampere	150292
Seiväs	383	Eeva Niemelä	JKU	Tampere	250206
Pituus	613	Teija Hannila	ÄänUrh	Jyväskylä	080297
3-loikka	13.27	Teija Hannila	ÄänUrh	Kuopio	220297
Kuula	15.76	Anna Rauhala	LaukU	Jyväskylä	260294
Kiekko	48.93	Salla Sipponen	KeuKis	Nastola/P	060214
Keihäs	41.48	Kaisu Vesterinen	KannKi	Mustasaari	020208
Keihäs(vanha) 46.96		Sari Puranen	ÄänUrh	Kuopio	060394
5-ottelu	3525	Emmi Mäkinen	JKU	Helsinki	050211
		(9.35-164-9.94-573-2.36,78)			
4x200 m	1.42,21	Jyväskylän Kenttärheilijät		Kuortane	150115
(Inari Heikkinen-Emma Koistinen-Sini Toivola-Anni Halko)					
3000 m käv	14.23,22	Silja Soininen	PihtiU	Turku	180187

## PITKÄLLÄ RADALLA &lt;YLI 201,17 m &gt;

300 m aj	42,66	Emma Koistinen	JKU	Tampere	020215
1500 m	4.27,67	Saija Seppä	SuolUrho	Tampere	110217
3000 m	9.44,33	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Kuopio	130200
5000 m käv	25.59,75	Silja Soininen	PihtiU	Tampere	310187

## NAISET -17

60 m	7,63	Tanja Keränen	JKU	Jyväskylä	260294
200 m	25,01	Aino Pulkkinen	ÄänUrh	Jyväskylä	310115
300 m	39,79	Minna Laukka	JKU	Helsinki	290204
400 m	57,73	Emma Kunnari	JKU	Kuortane	220203

600 m	1.37,27	Heini Ikonen	JKU	Jyväskylä	230116
800 m	2.10,92	Alisa Virtanen	JKU	Kuortane	240218
1000 m	2.55,51	Saija Seppä	SuolUrho	Jyväskylä	210315
1500 m	4.29,07	Alisa Virtanen	JKU	Helsinki	170218
<b>3000 m</b>	<b>10.18,27</b>	<b>Alisa Virtanen</b>	<b>JKU</b>	<b>Jyväskylä</b>	<b>020219</b>
60 m aj	8,57	Emmi Mäkinen	JKU	Kuopio	280210
Korkeus	177	Tanja Leinonen	LaukU	Tampere	160199
Seiväs	365	Emmi Manninen	ViitVi	Kuortane	210210
	365	Milla Siekkinen	JKU	Kuortane	260212
Pituus	613	Teija Hannila	ÄänUrh	Jyväskylä	080297
3-loikka	13.27	Teija Hannila	ÄänUrh	Jyväskylä	220297
Kuula	14.33	Anna Rauhala	LaukU	Laukaa	171191
Kiekko	42.52	Henna Ritanen	ÄänUrh	Pori	010314
Keihäs (500g) 46.67		Roosa Ylönen	HaHanka	Tampere	280215
5-ottelu	3726	Ada Koistinen	JKU	Kuortane	130316
		(8,93-154-11.00-563-2.21,62)			

4x200 m	1.46,36	Jyväskylän Kenttärheilijät		Jyväskylä	160203
(Maija Heinonen-Suvi Lehosvuo-Emma Kunnari-Minna Laukka)					
3000 m käv	15.00,90	Taina Siekkinen	PihtiU	Vierumäki	100384

## PITKÄLLÄ RADALLA &lt;YLI 201,17 m &gt;

300 m aj	43,53	Siiri Rainio	JKU	Tampere	280216
3000 m	10.04,65	Lotta Mäkinen	JKU	Mustasaari	060216
3000 m käv	14.36,06	Silja Soininen	PihtiU	Tampere	020286

## TYTÖT -15

60 m	7,90	Marjo Liminka	JKU	Tampere	100187
200 m	26,30	Suvi Nisula	MuurY	Jyväskylä	240104
300 m	41,99	Heidi Salminen	JKU	Jyväskylä	030218
600 m	1.38,70	Alisa Virtanen	JKU	Jyväskylä	230116
800 m	2.16,36	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Jyväskylä	270997
1000 m	2.56,27	Alisa Virtanen	JKU	Jyväskylä	180317
1500 m	4.50,08	Alisa Virtanen	JKU	Jyväskylä	280117
2000 m	6.38,51	Ulla Tuimala	ÄänUrh	Jyväskylä	230297
60 m aj	9,04	Emmi Mäkinen	JKU	Tampere	090308
	9,04	Siiri Rainio	JKU	Tampere	210215
60 m aj (5A) 8,87		Heli Hietanen	JKU	Jyväskylä	080298
Korkeus	173	Anita Erämies	MultJy	Espoo/O	110279
Seiväs	340	Milla Siekkinen	JKU	Kuopio	280210
Pituus	561	Ria Ahonen	ÄänUrh	Jyväskylä	040206
3-loikka	12.00	Ria Ahonen	ÄänUrh	Kuopio	270106
<b>Kuula</b>	<b>14.01</b>	<b>Vilma Räsänen</b>	<b>ViitVi</b>	<b>Kaustinen</b>	<b>011218</b>
Kiekko (750 g) 44.02		Jenna Rajala	KeuKis	Tampere	050316

Keihäs (400g) 48.06	Viivi Raatikainen	ViitVi	Tampere	180217
5-ottelu 2563	Siiri Rainio	JKU	Tampere	210215
	(9,04-145-8.91-481-2.25,64)			
5-ottelu(N17) 3306	Emmi Mäkinen	JKU	Helsinki	170208
	(9,14-155-10.23-539-2.43,46)			
4x200 m 1.49,89	Äänekosken Urheilijat		Jyväskylä	220297
(Heidi Hämäläinen-Ulla	Tuimala-Irina Niskanen-Anni Tuimala)			
3000 m käv 16.12,9	Sari Anttonen	SuolUrho	Jyväskylä	190106

#### PITKÄLLÄ RADALLA <YLI 201,17 m >

300 m 42,09	Alisa Virtanen	JKU	Tampere	120317
800 m 2.12,56	Alisa Virtanen	JKU	Espoo/A	051217
3000 m 10.04,65	Lotta Mäkinen	JKU	Mustasaari	060216
300 m aj 44,19	Heidi Salminen	JKU	Tampere	100318

#### TYTÖT -14

<b>60 m 7,94</b>	<b>Hilma Kinnunen</b>	<b>JKU</b>	<b>Tampere</b>	<b>090319</b>
200 m 26,41	Emmi Mäkinen	JKU	Jyväskylä	170307
300 m 45,06	Jenni Kiminkinen	JKU	Jyväskylä	030218
600 m 1.38,70	Alisa Virtanen	JKU	Jyväskylä	230116
800 m 2.23,65	Henriikka Virtanen	JKU	Jyväskylä	270304
1000 m 3.02,51	Alisa Virtanen	JKU	Jyväskylä	200216
1500 m 5.04,09	Alisa Virtanen	JKU	Jyväskylä	130216
2000 m 6.55,48	Lotta Mäkinen	JKU	Jyväskylä	150314
<b>60 m aj (6A) 9,08</b>	<b>Hilma Kinnunen</b>	<b>JKU</b>	<b>Jyväskylä</b>	<b>160319</b>
Korkeus 168	Heli Hietanen	JKU	Jyväskylä	120497
<b>Seiväs 325</b>	<b>Tuuli Järvinen</b>	<b>KeuKis</b>	<b>Jyväskylä</b>	<b>050119</b>
Pituus 555	Emmi Mäkinen	JKU	Jyväskylä	170307
3-loikka 11.93	Emmi Mäkinen	JKU	Jyväskylä	180306
Kuula 12.54	Eiina Uustalo	KonnU	Jyväskylä	210106
Kiekko(750g) 34.43	Janika Ståhl	JKU	Tampere	120311
Keihäs 48.06	Viivi Raatikainen	ViitVi	Tampere	180217
5-ottelu 2307	Viima Mainio	JKU	Jyväskylä	070310
	(9,62-144-7.97-502-2.33,12)			
3000 m käv 16.20,26	Sari Anttonen	SuolUrho	Jyväskylä	260205

#### PITKÄLLÄ RADALLA <YLI 201,17 m >

300 m 43,06	Vilma Mainio	JKU	Tampere	140310
800 m 2.19,66	Alisa Virtanen	JKU	Tampere	020116
3000 m 10.32,37	Lotta Mäkinen	JKU	Pori	150215
300 m aj 47,40	Emmi Pennanen	JKU	Tampere	060316

## Viralliset heittovälineet

Sarja	kuula/g	kiekko/g	keihäs/g	moukari/g
<b>M</b>	7260	2000	800	7260
<b>M22</b>	7260	2000	800	7260
<b>M19</b>	6000	1750	800	6000
<b>M17</b>	5000	1500	700	5000
<b>P15</b>	4000	1000	600	4000
<b>P14</b>	4000	1000	600	4000
<b>P13</b>	3000	750	400	3000
<b>P12</b>	3000	750	400	3000
<b>P11</b>	2500	600	400	2500
<b>P10</b>	2500	600	400	2500
<b>P9</b>	2000	600	400	2500
<b>N</b>	4000	1000	600	4000
<b>N22</b>	4000	1000	600	4000
<b>N19</b>	4000	1000	600	4000
<b>N17</b>	3000	1000	500	3000
<b>T15</b>	3000	750	400	3000
<b>T14</b>	3000	750	400	3000
<b>T13</b>	2500	600	400	2500
<b>T12</b>	2500	600	400	2500
<b>T11</b>	2000	600	400	2500
<b>T10</b>	2000	600	400	2500
<b>T9</b>	2000	600	400	2500

## Aitajuoksut ulkoradoilla

Sarja	Matka /m	Aitoja /kpl	Alkusileä /m	Välit /m	Loppusileä /m	Korkeus /cm
M/M22	110	10	13,72	9,14	14,02	106,7
	200	10	18,29	18,29	17,10	76,2
	400	10	45,00	35,00	40,00	91,4
M19	110	10	13,72	9,14	14,02	99,1
	400	10	45,00	35,00	40,00	91,4
M17	110	10	13,72	9,14	14,02	91,4
	400	10	45,00	35,00	40,00	83,8
P15/P14	100	10	13,00	8,50	10,50	83,8
	300	7	50,00	35,00	40,00	76,2
P13/P12	60	6	11,50	7,50	11,00	76,2
	200	10	16,00	19,00	13,00	76,2
P11/P10	60	7	10,50	6,50	10,50	60

Sarja	Matka /m	Aitoja /kpl	Alkusileä /m	Välit /m	Loppusileä /m	Korkeus /cm
N/N22	100	10	13,00	8,50	10,50	83,8
	200	10	16,00	19,00	13,00	76,2
	400	10	45,00	35,00	40,00	76,2
N19	100	10	13,00	8,50	10,50	83,8
	400	10	45,00	35,00	40,00	76,2
N17	100	10	13,00	8,50	10,50	76,2
	400	10	45,00	35,00	40,00	76,2
T15/T14	80	8	12,00	8,00	12,00	76,2
	300	7	50,00	35,00	40,00	76,2
T13/T12	60	6	11,50	7,50	11,00	76,2
	200	10	16,00	19,00	13,00	76,2
T11/T10	60	7	10,50	6,50	10,50	60

## AITAJUOKSUVIESTIT

M19	4 x 100	10	11,75	8,50	11,75	91,4
M17	4 x 100	10	11,75	8,50	11,75	83,8
P14-15	4 x 80	8	12,00	8,00	12,00	76,2
P12-13	4 x 60	7	11,00	7,00	7,00	76,2
N19	4 x 100	10	11,75	8,50	11,75	76,2
N17	4 x 100	10	11,75	8,50	11,75	76,2
T14-15	4 x 80	8	12,00	8,00	12,00	76,2
T12-13	4 x 60	7	11,00	7,00	7,00	76,2

## Aitajuoksut sisäradoilla

Sarja	Matka /m	Aitoja /kpl	Alkusileä /m	Välit /m	Loppusileä /m	Korkeus /cm
M/M22	60	5	13,72	9,14	9,72	106,7
	300	7	45,00	35,00	45,00	91,4
M19	60	5	13,72	9,14	9,72	99,1
	300	7	45,00	35,00	45,00	91,4
M17	60	5	13,72	9,14	9,72	91,4
	300	7	45,00	35,00	45,00	83,8
P15/P14	60	5	13,00	8,50	13,00	83,8
P13/P12	60	6	11,50	7,50	11,00	76,2
P11/P10	60	7	10,50	6,50	10,50	60

Sarja	Matka /m	Aitoja /kpl	Alkusileä /m	Välit /m	Loppusileä /m	Korkeus /cm
N/N22/N19	60	5	13,00	8,50	13,00	83,8
	300	7	45,00	35,00	45,00	76,2
N17	60	5	13,00	8,50	13,00	76,2
	300	7	45,00	35,00	45,00	76,2
T15/T14	60	6	12,00	8,00	8,00	76,2
T13/T12	60	6	11,50	7,50	11,00	76,2
T11/T10	60	7	10,50	6,50	10,50	60



# PIHTIPUTAAN 49. KEIHÄSKARNEVAALIT

26.-30.6.2019

Keihäänheittäjän polku  
kohti huippua alkaa  
Pihtiputaalta.  
Tule sinäkin mukaan  
kisaamaan Pihtiputaalle  
sekä maailman  
parhaaseen  
Keihäskouluun!



[WWW.KEIHASKARNEVAALIT.COM](http://WWW.KEIHASKARNEVAALIT.COM)