

# Paunun kisat 2026

## ma 11.05. Kevätheitot 1 klo 17:00:

T/P13-N/M: kiekko, keihäs  
Ilmoittautuminen 07.05.2026 mennessä

## ma 18.05. Kevätheitot 2 klo 17:00:

T/P13-N/M: kuula, moukari  
Ilmoittautuminen 14.05.2026 mennessä

## ma 01.06. Säästöpankki Paunu Games 1 klo 17:00:

N/M: 100m, 800m, seiväs, pituus  
M15: 800m, 100m aj, pituus  
N15: 800m, 80m aj, pituus  
M14: 80m aj  
T/P13: 800m, 60m aj, pituus  
T/P9,11: 800m, 3-ottelu  
Ottelulajit:  
T/P11 60m, pituus, kuula  
T/P9 40m, pituus, kuula  
Ilmoittautuminen 28.05.2026 mennessä

## Pika- ja aitajuoksukarnevaalit

### to 25.06. klo 14:00:

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  
M15: 100m aj, 300m aj  
N15: 80m aj, 300m aj  
M14: 80m aj  
T/P13: 60m, 200m, 60m aj, 200m aj  
T/P11: 60m, 150m, 60m aj  
T/P9: 40m, 150m, 60m aj  
Ilmoittautuminen 22.06.2026 mennessä

### 28.06. klo 10:00 alkaen:

N/M: 100m, 200m, 400m, 4 x 100m, 4 x 400m  
N/M 17,19: 100m, 200m, 400m  
N/M15: 100m, 300m, 200m aj  
T/P13: 60m, 60m aj, 200m aj  
T/P11: 60m aj  
Ilmoittautuminen 24.06.2026 mennessä

## **Pm sisulisähuipentuma 11-12.7.2026**

### **11.07. klo 11:00 alkaen:**

M15: 100m, 300m aj, 1500m ej, korkeus, 3-loikka, moukari, keihäs

N15: 100m, 300m aj, 1500m ej, seiväs, pituus, kuula, moukari

P13: 60m, 200m aj, korkeus, 3-loikka, moukari, keihäs

T13: 60m, 200m aj, seiväs, pituus, kuula, keihäs

P12: 60m, 200m aj, korkeus, 3-loikka, moukari, keihäs

T12: 60m, 200m aj, seiväs, pituus, kuula, keihäs

P11: 60m, korkeus, pituus, kiekko, moukari

T11: 60m, korkeus, 3-loikka, kuula, kiekko

P10: 60m, korkeus, pituus, kiekko, moukari

T10: 60m, korkeus, 3-loikka, kuula, kiekko

T/P9: 40m, korkeus, 3-loikka, kuula, keihäs

T/P8: 40m, korkeus, kuula, keihäs

### **12.07. klo 11:00 alkaen:**

M15: 300m, 800m, 2000m, 100m aj, seiväs, pituus, kuula, kiekko

N15: 300m, 800m, 2000m, 80m aj, korkeus, 3-loikka, kiekko, keihäs

M14: 80m aj

P13: 200m, 800m, 1500m, 60m aj, seiväs, pituus, kuula, kiekko

T13: 200m, 800m, 1500m, 60m aj, korkeus, 3-loikka, kiekko, moukari

P12: 200m, 800m, 1500m, 60m aj, seiväs, pituus, kuula, kiekko

T12: 200m, 800m, 1500m, 60m aj, korkeus, 3-loikka, kiekko, moukari

P11: 150m, 800m, 60m aj, seiväs, 3-loikka, kuula, keihäs

T11: 150m, 800m, 60m aj, seiväs, pituus, moukari, keihäs

P10: 150m, 800m, 60m aj, seiväs, 3-loikka, kuula, keihäs

T10: 150m, 800m, 60m aj, seiväs, pituus, moukari, keihäs

T/P9: 150m, 800m, 60maj, seiväs, pituus, kiekko, moukari

T/P8: 150m, 800m, 60maj, pituus

Ilmoittautuminen 6.07.2026 mennessä

### **ma 20.07. Kesäheitot 1 klo 17:00:**

N/M15: keihäs

T/P9-13: korkeus, kiekko, keihäs

Ilmoittautuminen 16.07.2026 mennessä

### **ma 27.07. Kesäheitot 2 klo 17:00:**

T/P9-13: seiväs, kuula, moukari

Ilmoittautuminen 24.07.2026 mennessä

## **ma 10.08.Säästöpankki Paunu Games 2 klo 17:00:**

M: 200m, 3000m, 110m aj, 3-loikka, 4 x 100m

N: 200m, 3000m, 100m aj, 3-loikka, 4 x 100m

M19: 110m aj

N19: 3-loikka

M17: 110m aj

N17: 100m aj

N/M15: 100m, 1500m, korkeus, 4 x 100m

T/P13: 60m, 1500m, korkeus

T/P9-11: 3-ottelu

Ottelulajit: miniotteluna

T/P9- 11 150m, keihäs, kolmiloikka

Ilmoittautuminen 07.08.2026 mennessä

## **59. Auliksen olympialaiset su 16.8.2026 klo 11.00**

Sarjat ja lajit ovat syntymävuoden mukaan:

M/N 2008 ja vanhemmat : 100m, 800m

M/N 2009-2010 : 100m, 800m

P/T 2011-2012 : 100m, 800m

P/T 2013, 2014, 2015, 2016 : 60m, 800m

P/T 2017, 2018 : 40m, 800m

P/T 2019, 2020, 2021, 2022: 40m

P/T 2023 ja nuoremmat : 20m

Isät: 100m, 800m

Äidit: 60m, 800m

Papat & Mummot: 40m

Ilmoittautuminen 13.08.2026 mennessä

## **pm -maastot la 26.9.2026 klo 11.00 Jämsänkosken jäähallin maastossa**

TP8, TP9, TP10 ja TP11: maastojuoksu 1 km

TP12, TP13: maastojuoksu 2 km

NM15: maastojuoksu 3 km

NM17, NM19, NM: maastojuoksu 4 km

Ilmoittautuminen 20.09.2026 mennessä