



# Tule testaamaan yleisurheilulajeja seurakisoissa!



Kilpailut ovat maksuttomat. Paikalla on lajiopastusta sekä jokaiselle osallistujalle pieni palkinto. Kisat ovat kaikenikäisille. Ilmoittautuminen tapahtuu paikan päällä klo. 17:30.

Tervetuloa!

## Ma 25.5 klo 18 Paunu, Jämsä

T/P5, :7 40m, pituus. T/P9, 11: 40/60m, pituus. P/T13+, M/N: pika-aidat, pituus

## Ma 15.6 klo 18 Länkipohjan kenttä

P/T5, 7: 40m, pallo. P/T9, 11, 13+, M/N: korkeus, pikamatka 40-60m

## Ma 22.6 klo 18 Paunu, Jämsä

P/T5, 7: heittorengas, pika-aidat 40m. P/T9, 11, 13+, N/M: kiekko, seiväs

## Ke 8.7 klo 18 Koskenpään kenttä

P/T5, 7: 40m, pallo. P/T9: 150m, pituus. P/T11, 13+, M/N: 150m, kuula

## Ti 14.7 klo 18 Oinaala, Jämsänkoski

P/T5, 7: junnukeihäs, 400m. P/T9, 11, 13+, M/N: 400m, keihäs

## Ma 17.8 klo 18 Kuoreveden kenttä, Halli

P/T5, 7: 150m, junnukeihäs. P/T9, 11, 13+, M/N: pituus, pitkä matka (9-11v. 600m, 13+ 800m)

## Ti 1.9 klo 18 Kaipolan kenttä

P/T5, 7: kilpakävely 1 kierros=300m, pituus. P/T9: kilpakävely 2 kierrosta=600m, pituus. P/T11, 13+, M/N: kilpakävely 2 kierrosta=600m, keihäs

## Ti 15.9 klo 18 Jämsänkosken jäähalli, maastojuoksut

T/P5, 7: maastojuoksu 0,5km. T/P9, 11: maastojuoksu 1km. T/P13: maastojuoksu 2km. N/M15: maastojuoksu 3km. N/M17, 19 ja N/M: maastojuoksu 4km

Lisätietoa [kaipolanvire.fi](http://kaipolanvire.fi) ja tiedustelut [kaipolanvire@gmail.com](mailto:kaipolanvire@gmail.com)

KaipolanVire  
järjestää kilpailut  
yhteistyössä muiden  
seurojen kanssa:



**Seurakisat**

**Metsä**



**Kaipolan Vire**

