



LUM - seuratiedote

HUHTIKUU 2026

Ajankohtaista

Ohjaajille

Kevään ja kesän omat kisat

Toimisto lomailee

Firma-ottelu 2026

Muuta ajankohtaista

Lasten valmentajatutkinto ja ohjaajien kesän avaus

[Lasten valmentajatutkinto \(taso 1\)](#) pidetään la 25.4., su 26.4. ja la 9.5. Koulutuspäivät ovat kestoaltaan noin klo. 9-18. Kurssilla on lähikoulutuksen lisäksi tehtäviä. Ilmoittautuminen: [tästä](#) Kouluttajina Elisa ja Tommi.

Koulutustaso vaikuttaa ohjaajan palkkaukseen sekä ohjaajavastuisiin. Koulutukset ovat seuran omille ohjaajille maksuttomia. Jos olet kiinnostunut lasten ryhmien ohjaamisesta nyt tai tulevaisuudessa, voit osallistua koulutuksiin.

Kesän ohjaajien kesänavaus pidetään tiistaina 12.5. klo. 16.30-18.30. Paikka ilmoitetaan lähempänä ajankohtaa kun säätilanne on selvillä. Laitathan ajankohdan jo kalenteriin!

Kevään maastojuoksukisat

LUM-maastojuoksukisat ovat epävirallisia, kaikille avoimia maastojuoksukisoja. Tarkemmat reitit, tapaamispaikat sekä junioreiden ohjatut lämmittelyt tiedotetaan seuran nettisivuilla huhtikuun aikana sekä junioreille wa-ryhmiin. Lapsilla on kisoissa mukana ohjaajia auttamassa.

LUM-maastot 1

**KISAPUISTON KUNTORATA to 23.4.
klo. 17.30 alkaen**

7-sarja n. 600 m

9-sarja n. 1 km

11-sarja n. 1 km

13-sarja n. 2 km

15, 17, 19- sarjat: n. 3 km

Naiset ja miehet: 4 km

Ilmoittautuminen ti 21.4. mennessä:

elisa.vauhkonen@lum.fi

LUM-maastot 2

**VOISALMEN KUNTORATA ke 6.5. klo.
17.30 alkaen**

7-sarja: noin 900m

9-sarja: n. 1,5 km (1 kierros)

11-sarja: n. 1,5 km

13-sarja: n. 3 km

15, 17, 19-sarjat: n. 3 km

N/M: 3 kierrosta, n. 4,5 km

Ilmoittautuminen ma 4.5. mennessä:

elisa.vauhkonen@lum.fi

PM-maastot

**LAURITSALA to 14.5. klo. 11.00
alkaen**

9-sarja 1 km

11-sarja 1,5 km

13-sarja 2 km

15-sarja: 3 km

17-sarja: 3 km

19-sarja: 3 km

Naiset ja miehet: 4 km

Ilmoittautuminen ma 11.5. mennessä:

[kilpailukalenteri.fi](#)

PM-maastoista 14.5. kaikki 13-vuotiaat ja alle juniorit saavat pisteitä Tulevat tähdet-kilpailuun ([Tulevat tähdet - monipuolisuuskilpailu](#)): sijoista 1-6 omassa sarjassa: 4 pistettä ja sijasta 7 ja siitä alaspäin: 3 pistettä. Kannattaa siis osallistua PM-maastoihin

Kesän omia kisoja ja tapahtumia

1. ti 2.6. Lajipäiväkisa Joutsenon keskuskentällä. Yhteistyössä Joutsenon Kullervon kanssa
2. to 4.6. Metsä Group - seurakisa Lauritsalan urheilukentällä
3. ke 24.6. UK Koskimiehen kesäkisa 1 Lauritsalan urheilukentällä ja Kaukaan montussa
4. ma 6.7. UK Koskimiehen kesäkisa 2 Kimpisen urheilukentällä
5. pe 10.7. Saimaa Cycle Tourin Lappeenrannan alueen huoltopiste ja liikenteenohjaus
6. la 18.7. Junioreiden LUM 120-vuotis juhlakisa Kimpisen kentällä
7. la 18.7. GP Challenger- iltakilpailu Kimpisen kentällä
8. ke 29.7. UK Koskimiehen kesäkisa 3 Kimpisen kentällä
9. to 6.8. PM-ottelut, pitkät ottelut (4- ja 5-ottelut) Kimpisen kentällä
10. to 13.8. Lasten Olympialaiset torstaina Kimpisen urheilukentällä
11. ti 18.8. PM-viestit tiistaina Kimpisen urheilukentällä
12. la 22.8. [Lappeenranta Half](#) -juoksutapahtuma Satamassa
13. ke 26.9. UK Koskimiehen kesäkisa 4 Kimpisen kentällä
14. la 5.- su 6.9. SM-viestit Kimpisen urheilukentällä
15. la 12.- su 13.9. Muikku ja Pottu - kalamarkkinat Satamatorilla

Kaikki kilpailut tulevat piakkoin näkyviin [Kilpailukalenteriin](#)

Espoon YAG-matkasta tulee tietoa nuorisopäällikön loman jälkeen

Toimistonväki lomalla

Nuorisopäällikkö Elisa ke 1.4.-ke 8.4.

Valmennuspäällikkö Tommi ti 7.4.-17.4.

Toiminnanjohtaja Janne ma 13.4.-24.4.

Firma-ottelu järjestetään pe 29.5.

Järjestämme vuoden 2026 Firmaottelun perjantaina 29.5. klo.14 alkaen Lauritsalan kentällä.

Firmat ottelevat keskenään naisten 7-ottelun lajeissa: 100 m aidat, korkeushyppy, kuulantyyntö, 200 m juoksu, pituushyppy, keihäänheitto ja 800 m juoksu. Yritykset ja työpaikat voivat koota 1-7 hlön joukkueen ja jakaa lajit joukkueen kesken.

Ilmoittautumisen hinta on 350€/joukkue, josta puolet käytetään vähävaraisten lasten kesän urheilukoulumaksuun ja toinen puoli seuran muuhun toimintaan.

Kerätkää siis työpaikoilla joukkueita kasaan ja osallistukaa mukaan hauskaan päivään! Kisapäivän päätteeksi joukkueille tarjolla kisaeväitä sekä palkintojen jako. Luvassa on tiukkaa kilpailua ja kisatunnelmaa!

Seurapäivä Koskimiehessä la 18.4.

Lummin urheiluliike kumppani on UK Koskimies. Järjestämme yhdessä seurapäivän lauantaina 18.4. Seurapäivässä tarjolla kenkäesittelyjä sekä tarjouksia. Päivästä lisätietoa lähempänä Instagramissa.

MUUTA AJANKOHTAISTA

LUM-sukkia on taas saatavilla koossa 38-41

Laadukkaita tennissukkia saa hintaan 11€ /pari ja kolme paria yhteensä 28 €

Koot: 35-37, 38-41 ja 42-45.

Myynti toimistolla ma-pe klo. 9-15 välillä tai tarvittaessa sopimuksen mukaan. Ole tarvittaessa yhteydessä Janneen, Tommiin, Elisaan tai Mimosaan. Maksu kortilla tai käteisenä tasarahalla.



120 v.