

Otaniemen yleisurheilukoulun kevätjakso 2025

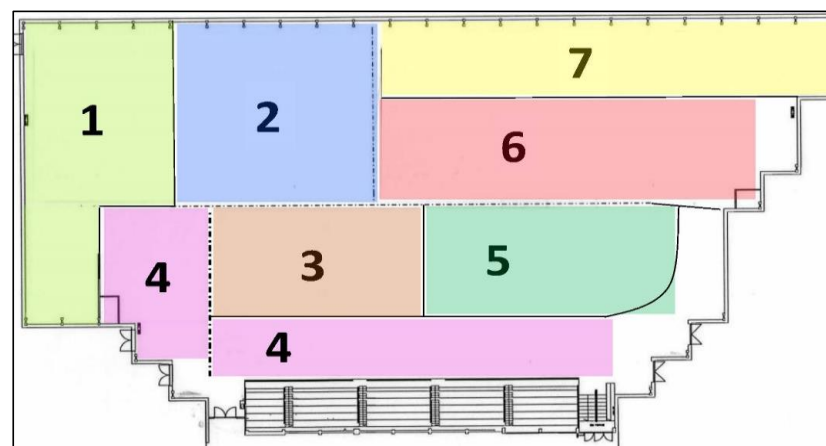
| TI              | Makit                                | Mangustit                      | Antiloopit                     | Leopardit                      | Norsut                         | Gorillat                       | Aikuiset                           |
|-----------------|--------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|
| 7.1.            | Kiekko (1)                           | Kilpakävely (4)                | Seiväs (6)                     | Korkeus (3)                    | Moukari (2)                    | Pikajuoksu (7)                 | Pituus + kolmiloikka (5)           |
| 14.1.           | Aitajuoksu (7)                       | Kiekko (1)                     | Kilpakävely (5)                | Seiväs (6)                     | Korkeus (3)                    | Moukari (2)                    | Pikajuoksu (4)                     |
| 21.1.           | Seiväs (6)                           | Aitajuoksu (7)                 | Kiekko (1)                     | Kilpakävely (4)                | Kolmiloikka (5)                | Korkeus (3)                    | Porrastreeni + lihaskunto (2)      |
| 28.1.           | Kiertävät liikuntapisteeet           |                                |                                |                                |                                |                                |                                    |
| <b>TO 30.1.</b> | <b>Urheilukoulun mestaruuskisat!</b> |                                |                                |                                |                                |                                |                                    |
| 4.2.            | Pituus + kolmiloikka (5)             | Seiväs (6)                     | Aitajuoksu (7)                 | Kiekko (1)                     | Kilpakävely (4)                | Yleisurheilurata + kp (2)      | Korkeus (3)                        |
| 11.2.           | Kiertävät liikuntapisteeet           |                                |                                |                                |                                |                                |                                    |
| <b>TO 13.2.</b> | <b>Urheilukoulun mestaruuskisat!</b> |                                |                                |                                |                                |                                |                                    |
| 18.2.           | Talviloma                            | Talviloma                      | Talviloma                      | Talviloma                      | Talviloma                      | Talviloma                      | Talviloma                          |
| 25.2.           | Pikajuoksu (4)                       | Pituus + kolmiloikka (5)       | Seiväs (6)                     | Aitajuoksu (7)                 | Kiekko (1)                     | Kilpakävely (2)                | Pikajuoksu + koordinaatio + kp (4) |
| 4.3.            | Moukari (2)                          | Pikajuoksu (4)                 | Pituus (5)                     | Seiväs (6)                     | Aitajuoksu (7)                 | Kiekko (1)                     | Kilpakävely (3)                    |
| 11.3.           | Korkeus (3)                          | Moukari (2)                    | Pikajuoksu (4)                 | Pituus (5)                     | Seiväs (6)                     | Aitajuoksu (7)                 | Kuula (1)                          |
| 18.3.           | Keihäs (1)                           | Korkeus (3)                    | Moukari (2)                    | Pikajuoksu (4)                 | Pituus (5)                     | Seiväs (6)                     | Aitajuoksu (7)                     |
| 25.3.           | Kilpakävely (4)                      | Keihäs (1)                     | Korkeus (3)                    | Moukari (2)                    | Pikajuoksu (7)                 | Pituus (5)                     | Seiväs (6)                         |
| 1.4.            | <b>Kierrosjuoksu + viestit</b>       | <b>Kierrosjuoksu + viestit</b> | Keihäs ja kuula (5)            | Kolmiloikka (2)                | Korkeus (1)                    | Kuula ja keihäs (6)            | Pikajuoksu (3-4)                   |
| 8.4.            | Pikajuoksu (3-4)                     | Kuula ja keihäs (6)            | <b>Kierrosjuoksu + viestit</b> | <b>Kierrosjuoksu + viestit</b> | Keihäs ja kuula (5)            | Kolmiloikka (2)                | <b>Kiekko</b>                      |
| 15.4.           | Yleisurheilurata (3)                 | Pikajuoksu (4)                 | Kolmiloikka (2)                | Korkeus (1)                    | <b>Kierrosjuoksu + viestit</b> | <b>Kierrosjuoksu + viestit</b> | <b>Kierrosjuoksu + viestit</b>     |
| 22.4.           | Keihäs ja kuula (5 ja 6)             | Yleisurheilurata (3)           | Pikajuoksu (4)                 | Kuula ja keihäs (5 ja 6)       | Pituus + Kolmiloikka (2)       | Korkeus (1)                    | <b>Keihäs</b>                      |

Punaisella merkatut lajit pidetään Otaniemen urheilukentällä!

**Ryhmät Otahalli**

**Makit** 2018-syntyneet  
**Mangustit** 2017-syntyneet  
**Antiloopit** 2016-syntyneet  
**Leopardit** 2015-syntyneet  
**Norsut** 2014-syntyneet  
**Gorillat** 2013-2012-syntyneet  
**Aikuiset**

**Kaikki kisaamaan  
urheilukoulun kisoihin!**



Perttu Örn, perttu@espoontapiot.fi, 050 464 4661

## Urheilukoulun kisat

Urheilukoulun kisat on tarkoitettu ainoastaan Espoon Tapioiden omille urheilukoululaisille. Nämä kisat ovat erinomainen tilaisuus kokeilla kilpailemista mukavassa ilmapiirissä! Kaikki urheilukoululaiset kisailevat kahtena torstaina Kameleonten -hallissa!

Muutoksen aikaisempiin vuosiin kisoihin on ennakoilmoittautuminen. **Ennakoilmoittautuminen vie aikaa noin 30 sekuntia ja se on PAKOLLINEN.** Jokainen urheilija ilmoitetaan erikseen. Jokaisella sarjalla on molempina kisapäivinä kaksi lajia. Urheilija voi osallistua yhteen tai molempiin lajeihin.

Aikataulut, lisätietoja ja ilmoittautuminen: <https://espoontapiot.fi/urheilukoulun-mestaruuskisat/>

### 1. Urheilukoulun kisat to 30.1.2025

| Sarja | Vuosi     | Lajit        |
|-------|-----------|--------------|
| T7    | 2018      | 40m, pituus  |
| T8    | 2017      | 40m, pituus  |
| T9    | 2016      | 40m, kuula   |
| T10   | 2015      | 60m, kuula   |
| T11   | 2014      | 60m, pituus  |
| T12   | 2013      | 60m, korkeus |
| T13   | 2012      | 60m, korkeus |
| HRT   | 2011-2008 | 60m, korkeus |
| P7    | 2018      | 40m, pituus  |
| P8    | 2017      | 40m, pituus  |
| P9    | 2016      | 40m, kuula   |
| P10   | 2015      | 60m, kuula   |
| P11   | 2014      | 60m, pituus  |
| P12   | 2013      | 60m, korkeus |
| P13   | 2012      | 60m, korkeus |
| HRP   | 2011-2008 | 60m, korkeus |

### 2. urheilukoulun kisat to 13.2.2025

| Sarja | Vuosi     | Lajit        |
|-------|-----------|--------------|
| T7    | 2018      | 400m, kuula  |
| T8    | 2017      | 400m, kuula  |
| T9    | 2016      | 400m, pituus |
| T10   | 2015      | 600m, pituus |
| T11   | 2014      | 600m, kuula  |
| T12   | 2013      | 600m, pituus |
| T13   | 2012      | 600m, pituus |
| HRT   | 2011-2008 | 600m pituus  |
| P7    | 2018      | 400m, kuula  |
| P8    | 2017      | 400m, kuula  |
| P9    | 2016      | 400m, pituus |
| P10   | 2015      | 600m, pituus |
| P11   | 2014      | 600m, kuula  |
| P12   | 2013      | 600m, pituus |
| P13   | 2012      | 600m, pituus |
| HRP   | 2011-2008 | 600m, pituus |

Tule kisaamaan myös junnuhalleihin Liikuntamyyllyyn 15.-16.3.2025!

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

Viralliset kilpailut vaativat yleisurheilulisenssin :).



## Urheilukoulun mestaruuskisoissa

- Kameleonten halliin voi tulla kisapäivinä kello 17:40 alkaen. Kisat alkavat kello 18:00.
- Halliin kuljetaan yläparven kautta (kts. [ohjevideo](#)). **Ulkokengät on ehdottomasti jätettävä niille kuuluville paikoille.**
- Hallissa on siirtokatsomoita, joista kisoja voi seurata. Varusteet voi ottaa katsomoon tai jättää hallissa oleville hyllyille. Tilaa on rajallisesti, joten täytetään katsomot järkevästi ilman suuria välejä.
- Kisoissa on ennakoilmoittautuminen, joten voit tulla paikalle myös myöhemmin vähintään 20 minuuttia ennen ensimmäisen oman lajin alkua.
- Alkuverryttely suoritetaan omatoimisesti.
- **Lataa aikataulu verkkosivuilta kännykkääsi** ja seuraa aikataulusta missä suorituspaikalla urheilijan on oltava mihinkin aikaan.
- Kuuntele tarkkaan kuulutuksia mahdollisten lisäohjeiden ja palkintojenjaon vuoksi.
- Kuulutyönnössä ja pituushypyssä jokaisella on kolme suoritusta. Pituudessa on alle 12-vuotiailla metrin ponnistusalue.
- Juoksuissa voi olla monta erää per ikäsarja ja ajat ratkaisevat lopulliset tulokset.
- Kisoissa saa käyttää piikkareita.
- Urheilukoululaisten perheet ovat tervetulleita katsomoon kannustamaan ja muutamia tarvitaan mukaan avustamaan kuulutyöntö-, pituushyppy- ja maalialueelle. Ilmoittautua saa mielellään heti kisojen alussa urheilukoulun rehtorille.
- Kisapäivänä ei ole normaalia urheilukoulua Kameleontenin urheilukoulussa.
- Kisapaikalla tulee jonkin verran odottamista lajien välissä ja omaa suoritusta odottaessa.
- Jokaisesta lajista palkitaan kolme parasta.