

## Otaniemen urheilukoulun lukkari kevät 2026

| Keskiviikko | 2018-2015-syntyneet         |
|-------------|-----------------------------|
| 7.1.        | Pikajuoksu                  |
| 14.1.       | Kuulantyöntö                |
| 21.1.       | Aitajuoksu                  |
| 28.1.       | Keihäänheitto               |
| 4.2.        | Viestijuoksu                |
| 11.2.       | Kiekonheitto                |
| 18.2.       | Talviloma!                  |
| 25.2.       | Kilpakävely                 |
| 4.3.        | Pituushyppy                 |
| 11.3.       | Moukari                     |
| 18.3.       | Pikajuoksu + Aitajuoksu     |
| 26.3.       | Korkeushyppy                |
| 1.4.        | Yleistaitavuus + Temppurata |
| 8.4.        | Heitot                      |
| 15.4.       | Hypyt                       |
| 22.4.       | Toivetunti                  |

Harjoitukset Otaniemen lukiolla kello 17:00-18:30.

### Urheilukoulun mestaruuskilpailut Kameleonten -hallissa:

Tiistai 27.1.2026 kello 17.00-19.30

Torstai 5.2.2026 kello 17.00-19.30

Lisätietoja kisoista kääntöpuolella ja verkkosivuillamme!



Perttu Örn

Nuorisopäällikkö

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 päivänä Kameleonten -hallissa!

Urheilukoulun mestaruuskisoihin 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 ti 27.1.2026

| Sarja | Vuosi     | Lajit        |
|-------|-----------|--------------|
| T5    | 2021      | 40m, pituus  |
| T6    | 2020      | 40m, pituus  |
| T7    | 2019      | 40m, pituus  |
| T8    | 2018      | 40m, pituus  |
| T9    | 2017      | 40m, kuula   |
| T10   | 2016      | 60m, kuula   |
| T11   | 2015      | 60m, pituus  |
| T12   | 2014      | 60m, korkeus |
| T13   | 2013      | 60m, korkeus |
| HRT   | 2012-2009 | 60m, korkeus |
| P5    | 2021      | 40m, pituus  |
| P6    | 2020      | 40m, pituus  |
| P7    | 2019      | 40m, pituus  |
| P8    | 2018      | 40m, pituus  |
| P9    | 2017      | 40m, kuula   |
| P10   | 2016      | 60m, kuula   |
| P11   | 2015      | 60m, pituus  |
| P12   | 2014      | 60m, korkeus |
| P13   | 2013      | 60m, korkeus |
| HRP   | 2012-2009 | 60m, korkeus |

## 2. urheilukoulun kisat to 5.2.2026

| Sarja | Vuosi     | Lajit            |
|-------|-----------|------------------|
| T5    | 2021      | 200m, tarkkuush. |
| T6    | 2020      | 200m, tarkkuush. |
| T7    | 2019      | 400m, kuula      |
| T8    | 2018      | 400m, kuula      |
| T9    | 2017      | 400m, pituus     |
| T10   | 2016      | 600m, pituus     |
| T11   | 2015      | 600m, kuula      |
| T12   | 2014      | 600m, pituus     |
| T13   | 2013      | 600m, pituus     |
| HRT   | 2012-2009 | 600m pituus      |
| P5    | 2021      | 200m, tarkkuush. |
| P6    | 2020      | 200m, tarkkuush. |
| P7    | 2019      | 400m, kuula      |
| P8    | 2018      | 400m, kuula      |
| P9    | 2017      | 400m, pituus     |
| P10   | 2016      | 600m, pituus     |
| P11   | 2015      | 600m, kuula      |
| P12   | 2014      | 600m, pituus     |
| P13   | 2013      | 600m, pituus     |
| HRP   | 2012-2009 | 600m, pituus     |

Tule kisaamaan myös  
junnuhalleihin  
Liikuntamyyllyyn 14.-  
15.3.2026!

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

Viralliset kilpailut  
vaativat  
yleisurheilulisenssin :).



- Kameleonten halliin voi tulla kisapäivinä kello 17:00 alkaen. Kisat alkavat kello 17:05. Lämmitellä voi ylätasanteella.
- 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 järkevasti ilman suuria välejä.
- Kisoissa on ennakoilmoittautuminen, joten voit tulla paikalle myös 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.
- 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 kuuluntayöntö-, 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.
- **5-6-sarjojen** tuloksia ei mitata. **5-6-sarjalaisille** jaetaan osallistumismitali omien lajisuoritusten jälkeen.
- **5-6-sarjoilla** on pituudessa kaksi suoritusta.
- **T/P7-Harrasteryhmillä** on kuuluntayönnössä ja pituushyppystä kolme suoritusta. Pituudessa on alle 12-vuotiailla metrin ponnistusalue.
- **T/P7-Harrasteryhmillä** jokaisesta lajista palkitaan kolme parasta.