ERÄN YLEISURHEILU SYKSY 2026

Tervetuloa Tapanilan Erän yleisurheilujaoston harjoituksiin

Yu-jaoston harjoitusryhmät on jaettu ikäluokkien mukaan. Pienimmillä yu-koululaisilla on harjoitukset kerran viikossa ja vanhemmilla urheilijoilla halutessa useammin. Harjoitukset on jaksotettu kolmeen kauteen: syyskausi (loka-joulu), kevätkausi (tammi-huhti) ja kesän ulkokausi (touko-syys). Näiden kausien alussa uusien jäsenien mukaan ottaminen on luontevinta. Nyt on menossa kesäkauden harjoitukset. Kesäkausi kokonaisuudessaan kestää syyskuun loppuun ja lokakuussa alkaa syyskausi. Alla esitetty syksyn 2026 harjoitusryhmät.

Yleisurheilukoulut: harjoitukset 1 krt/vko — **kauden aloitus**

synt. 2020–2022: harjoitukset 1 krt/vko — ke 7.10.2026
- keskiviikko klo 18.00–18.55 Pukinmäenkaaren peruskoulu (Soininen)
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11017650

synt. 2019–2020: harjoitukset 1 krt/vko — ti 6.10.2026
- tiistai klo 18.00–19.00 Liikuntamylly
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322464

synt. 2015–2019: harjoitukset 1 krt/vko — ke 7.10.2026
- keskiviikko klo 19.00–20.00 Pukinmäenkaaren peruskoulu (Soininen)
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11320426

synt. 2013–2016: harjoitukset 1 krt/vko — ma 5.10.2026
- maanantai klo 19.00–20.00 Siltamäen ala-aste
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322473

Yleisurheiluharjoitusryhmät: harjoitukset 1-2 krt/vko

synt. 2018–2020: harjoitukset 1–2 krt/vko — ti 6.10.2026
- tiistai klo 18.00–19.30 Liikuntamylly
- lauantai klo 13.00–14.30 Liikuntamylly
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322474

synt. 2015–2017: harjoitukset 1–2 krt/vko — ti 6.10.2026
- tiistai klo 18.00–19.30 Liikuntamylly
- lauantai klo 13.00–14.30 Liikuntamylly
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322475

synt. 2011–2014: harjoitukset 1–2 krt/vko — ti 6.10.2026
- tiistai klo 18.00–19.30 Liikuntamylly
- perjantai klo 18.00–19.30 Liikuntamylly
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322476

Kilpavalmennusryhmät: harjoitukset 3 krt/vko tai useammin

synt. 2014–2016: harjoitukset 3 krt/vko — ti 6.10.2026
- tiistai klo 18.00–19.30 Liikuntamylly
- perjantai klo 18.00–19.30 Liikuntamylly
- lauantai klo 13.00–14.30 Liikuntamylly
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322477

synt. 2012–2013: harjoitukset 3 krt tai enemmän — ma 5.10.2026
- maanantai klo 16.30–18.00 Liikuntamylly ja sen lähialueet ulkona
- tiistai klo 18.00–19.30 Liikuntamylly
- torstai klo 17.30–19.00 Eläintarhan kentän tunneli ja sen lähialueet
- perjantai klo 18.00–19.30 Liikuntamylly
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322478

synt. 2008–2011: harjoitukset 3 krt tai enemmän — ma 5.10.2026
- maanantai klo 16.30–18.00 Liikuntamylly ja sen lähialueet ulkona
- tiistai klo 16.30–18.00 Liikuntamylly
- torstai klo 17.30–19.00 Eläintarhan kentän tunneli ja sen lähialueet
- perjantai klo 16.30–18.00 Liikuntamylly
- myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322478

tule mukaan liikkumaan yhdessä

Ilmoittautuminen syyskaudelle 2026 alkaa ti 11.8.26 Erän MyClubin kautta osoitteessa

https://tapanilanera.myclub.fi

Erän MyClub QR-koodi

Lisätietoja toiminnasta www.tapanilaneranyleisurheilu.net

Tapanilan Erän yu-jaosto | yleisurheilu@tapanilanera.fi | www.tapanilaneranyleisurheilu.net

TAPANILAN ERÄ ATHLETICS AUTUMN 2026

Welcome to the Tapanilan Erä athletics trainings

The Tapanilan Erä athletics training groups are divided by age group. The youngest t&f school students have training once a week and older athletes have more often if they wish. Our training is divided into three seasons: autumn season (October-December), spring season (January-April) and summer outdoor season (May-September). It is most natural to accept new members at the beginning of these seasons. Summer season trainings are now underway. The summer season lasts until the end of September and the autumn season begins in October. The Autumn 2026 training groups are presented below.

Athletics schools: training 1 time/week — **trainings begin**

born 2020–2022: training 1 time/week — 7.10.2026
- Wednesday at 18.00–18.55 Pukinmäenkaaren peruskoulu (Soininen)
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11017650

born 2019–2020: training 1 time/week — 6.10.2026
- Tuesday at 18.00–19.00 Liikuntamylly
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322464

born 2015–2019: training 1 time/week — 7.10.2026
- Wednesday at 19.00–20.00 Pukinmäenkaaren peruskoulu (Soininen)
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11320426

born 2013–2016: training 1 time/week — 5.10.2026
- Monday at 19.00–20.00 Siltamäen ala-aste
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322473

Athletics sports exercise groups: trainings 1–2 times/week

born 2018–2020: trainings 1–2 times/week — 6.10.2026
- Tuesday at 18.00–19.30 Liikuntamylly
- Saturday at 13.00–14.30 Liikuntamylly
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322474

born 2015–2017: trainings 1–2 times/week — 6.10.2026
- Tuesday at 18.00–19.30 Liikuntamylly
- Saturday at 13.00–14.30 Liikuntamylly
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322475

born 2011–2014: trainings 1–2 times/week — 6.10.2026
- Tuesday at 18.00–19.30 Liikuntamylly
- Friday at 18.00–19.30 Liikuntamylly
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322476

Competition training groups: trainings 3 times/week or more

born 2014–2016: trainings 3 times/week — 6.10.2026
- Tuesday at 18.00–19.30 Liikuntamylly
- Friday at 18.00–19.30 Liikuntamylly
- Saturday at 13.00–14.30 Liikuntamylly
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322477

born 2012–2013: trainings 3 times/week or more — 5.10.2026
- Monday at 16.30–18.00 Liikuntamylly and its surrounding areas
- Tuesday at 18.00–19.30 Liikuntamylly
- Thursday at 17.30–19.00 Eläintarha tunnel and its surrounding areas
- Friday at 18.00–19.30 Liikuntamylly
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322478

born 2008–2011: trainings 3 times/week or more — 5.10.2026
- Monday at 16.30–18.00 Liikuntamylly and its surrounding areas
- Tuesday at 16.30–18.00 Liikuntamylly
- Thursday at 17.30–19.00 Eläintarha tunnel and its surrounding areas
- Friday at 16.30–18.00 Liikuntamylly
- Myclub https://tapanilanera.myclub.fi/flow/events/11322478

let's move together

Registration for the autumn season 2026 starts on Tue 11.8.26 through Erä's MyClub at

https://tapanilanera.myclub.fi

Erä's MyClub QR code

More information www.tapanilaneranyleisurheilu.net

Tapanilan Erä Athletics | yleisurheilu@tapanilanera.fi | www.tapanilaneranyleisurheilu.net