

# Kesä 2017: lajicup, ottelut, sarjakisat, heittocup, cooper

versio 15.5.2017 / RLi

## Erän sarjakisat 2017

Kesän sarjakisat alkavat toukokuussa 2017. 5–9 -vuotiaat kisaavat perinteiseen tapaan keskiviikkoisin omissa sarjakisoissaan ja sitä vanhemmat lauantaisin lajicupin merkeissä. Kaikki kisat pidetään Pukinmäen kentällä. Nuorempien sarjojen 5-9v osalta nämä kisat ovat osa ryhmän ko. harj.kerran harjoituksia. Alla kisapäivät ja karkea aikataulu ensimmäisten lajien alkamisajankohdasta. Näissä Erän sarjakisoissa on tarkoituksena kokeilla harkkakisojen muodossa eri lajeja pitkin kesää periaatteena, että kaikkea kokeillaan. Sarjakisan yhteydessä ohjaajat opastavat lajien säännöissä ja ilmoittautumiseksi näihin kisoihin riittää ajoissa harkkoihin tuleminen alla olevan aikataulun mukaan.

## Erän sarjakisat 5v. ja sitä vanhemmat yleisiin sarjoihin asti: Pukinmäen kenttä

	s. 10 & myöh. kesto n. 1h	s. 08-09 / 9v kesto n. 1h	s. 06-07 / 11v kesto n. 2h	s. 04-05 / 13v max kesto 3h	s. 02-03 / 15v max kesto 3h	s. 01 & vanh. max kesto 3h
La 20.5.	---	---	Lajicup 10v ja vanh. 60m aj, 60m, 800m, pituus, korkeus, kuula, keihäs varm. klo 10.30 alk, 1. laji klo 11.00	Lajicup 10v ja vanh. 60m aj, 60m, 800m, pituus, korkeus, kuula, keihäs varm. klo 10.30 alk, 1. laji klo 11.00	Lajicup 10v ja vanh. 80/100m aj, 100m, 800m, pituus, korkeus, kuula, keihäs varm. klo 10.30 alk, 1. laji klo 11.00	Lajicup 10v ja vanh. 100/110m aj, 100m, 800m, pituus, korkeus, kuula, keihäs varm. klo 10.30 alk, 1. laji klo 11.00
Ke 21.6.	Sarjakisat 5-9v 40m, pituus ilm. klo 17 alk, startti klo 17.15	Sarjakisat 5-9v 40m, pituus ilm. klo 18 alk, startti klo 18.15	---	---	---	---
Ke 16.8.	Sarjakisat 5-9v 150m, pallo ilm. klo 17 alk, startti klo 17.15	Sarjakisat 5-9v 150m, pallo ilm. klo 18 alk, startti klo 18.15	---	---	---	---
La 5.8.	---	---	Lajicup 10v ja vanh. 60m aj, 200m aj, 3-loikka varm. klo 10.30 alk, 1. laji klo 11.00	Lajicup 10v ja vanh. 60m aj, 200m aj, 3-loikka varm. klo 10.30 alk, 1. laji klo 11.00	Lajicup 10v ja vanh. 80/100m aj, 300m aj, 3-loikka varm. klo 10.30 alk, 1. laji klo 11.00	Lajicup 10v ja vanh. 100/110m aj, 300maj, 3-loikka varm. klo 10.30 alk, 1. laji klo 11.00

**Ilmoittautuminen:** Nuorimmat sarjat (alle 10v) tekevät lajit osana oman ryhmän harjoituksia (keskiviikon sarjakisat), joten erillistä ilmoittautumista ei tarvita, vaan ajoissa harjoituksiin tuleminen riittää. Yli 9v ilmoittautuvat viim. la-kisaa ed. päivänä osoitteeseen [toimisto@tapanilanageranyleisurheilu.net](mailto:toimisto@tapanilanageranyleisurheilu.net). Nämä sarjakisat ovat hyviä harjoituskisoja ja yu-jaoston jäsenille ilmaisia.

\*\*\*\*\*

## Erän HeittoCup 2017

Erä järjestää kesän 2017 aikana kaksi heittokilpailua Pukinmäen kentällä alla esitettyinä päivinä. Kilpailuihin ilmoittautuminen kisa ed. päivänä [toimisto@tapanilanageranyleisurheilu.net](mailto:toimisto@tapanilanageranyleisurheilu.net). Kisat ovat yu-jaoston jäsenille ilmainen.

pvä	sarjat	lajit ja suoritusjärjestys	alkamisaika	os.varmistukset
la 13.5.	kaikki sarjat	kiekko, keihäs, kuula, moukari	1. laji: klo 11.00	paikan päällä klo 10.30 alk.
la 30.9.	kaikki sarjat	kiekko, keihäs, kuula, moukari	1. laji: klo 11.00	paikan päällä klo 10.30 alk.

Lisäksi mahdollisuus juosta 1000m:n kisa klo 10.45. Varmistukset juoksuun paikan päällä klo 10.30 alkaen.

\*\*\*\*\*

## Erän cooperit

Erän cooperit juostaan tänä kesänä Pukinmäen kentällä. Juoksemaan saa tulla myös vanhemmat ja muut aktiivit, jotka haluavat testata kuntoaan. Cooperit juostaan seuraavasti:

ma 12.6. lähtö klo 18.45, ilmoittautuminen paikan päällä klo 18.30

ma 25.9. lähtö klo 18.45, ilmoittautuminen paikan päällä klo 18.30

\*\*\*\*\*

## Kisakutsu: Erän aktiivien, ohjaajien ja vanhempien mestaruusottelut 2016

Perinteiset Erän aktiivien, ohjaajien ja vanhempien mestaruusottelut kisataan tänä kesänä la 19.8.2017 Pukinmäen kentällä. Lajina on naisten 7-ottelu (100m aj, korkeus, kuula, 200m, pituus, keihäs, 800m) + kiekko. Kisa alkaa n. klo 11.00. Ilmoittautuminen pe 18.8. mennessä [toimisto@tapanilanageranyleisurheilu.net](mailto:toimisto@tapanilanageranyleisurheilu.net). Tyyli on kisoissa vapaa, joten kaikki ovat tervetulleita kokeilemaan 7-ottelun lajeja sekä kisaamaan itseään vastaan.

Kisoissa on myös mahdollisuus tehdä 10-13v -sarjoissa oman sarjan välineillä ottelutulos seuraavissa ottelusarjoissa: T/P10-11v: 4-ottelu (60maj, korkeus, keihäs, 800m), T/P12–13v 5-ottelu (tytöt: 60m aj, pituus, keihäs, korkeus, 800m; pojat: 60m aj, pituus, keihäs, kiekko, 800m). Ja yli 13v urheilijat ovat tervetulleita 8/7-otteluun mukaan.