







IF ÅSARNAS SOMMAR ÅR 2024

April-Maj

Borta tävlingar!		Träningar och tävlingar i Nedervetil
Terrängcup april-maj		kolla Åsarnas FB-sida och sociala medier
Terräng DM i Vörå (IF VOM) T/P 11 och 12 terränglöpn. 2km T/P9 och 10 terränglöpn. 1km	27.4 (sista anm. dag 23.4)	
	1.5	Sommarträningarna börjar vid sportplan
	8.5	ÄREVARVET 
	10.5	Drömmarnas motionsdag  Träningar vid sportplan
Majkastet IF Fyren i Korsnäs F/P9, F/P11, F/P13 Kula, diskus och spjut	11.5 (sista anm. dag 9.5)	
Lilla stafettkarneval i Jakobstad	13.5	
	15.5	Träningar vid sportplan
Stafettkarneval i Helsingfors	17-18.5	



	20-26.5	Friidrottsveckan 
RT i Nykarleby F/P15, 17, 19 och D/H F/P13: 60m, 1000m, kula F/P11: 60m, 600m, längd F/P9: 60m, 600m, kula	21.5 (sista anm. dag 18.5)	
	22.5 (sista anm. dag 20.5)	Föreningstävling (1)  Obs! Uttagning till Stafett DM i Närpes 8.6 F/P15: 200m, stav, kula F/P13: Kula, längd, 100m, 600m och 60m häck F/P11: Spjut, längd, 50m och 600m F/P9: Längd, kula, 400m och 40m F/P7: 40m, 150m och boll
	25-26.5	Skolmästerskap i Kalajoki
Landsväggång DM i Vasa F/P 13 2km gång F/P 9 och 11 1km gång	28.5 (sista anm. dag 25.5)	
	29.5	Träning vid Sportplan


Juni

<p>Tomatspelen i Närpes D/H, D/H17 och P/F15 P13 200m, höjd, kula F13: 200m, 1000m, höjd, kula P11: 60m, 1000m, längd, kula F11: 60m, 1000m, höjd, kula P/F9: 60m, 600m, längd</p>	<p>5 (sista anm. dag 3.6)</p>	<p>Träning vid sportplan Förutom vanliga idrottsträningar tränar vi också växlingar inför Stafett DM 8.6</p>
<p>GIF:s RT i Karleby D/H, D/H19, D/H17 och P/F15 F/P 13: 100m, 1000m, höjd F/P 11: 60m, 1000m, längd F/P 9: 40m, 600m, längd</p>	<p>7 (sista anm. dag 3.6)</p>	
<p>Stafett DM i Närpes F/P13: 4x100m, 4x600m, 4x60m häck F/P11: 4x50m, 4x600m F/P9: 4x400m, 8x40m</p>	<p>8 (sista anm. dag 5.6)</p>	
	<p>10 (sista anm. dag 8.6.)</p>	<p>DT i Nedervetil P/F13: 100m, längd, kula, diskus P/F11: 150m, höjd, längd, spjut P/F9: 40m, höjd, boll</p>
<p>DT i Jakobstad P/F13: 60m häck, stav, spjut P/F11: 60m häck, höjd, kula P/F9: 150m, höjd, kula</p>	<p>11 (sista anm. dag 9.6)</p>	
	<p>12</p>	<p>Träning vid sportplan</p>
<p>YAG i Tammerfors 9-15 åringar</p>	<p>13-16.6</p>	

<p>Junispel VOM i Oravais F/P13: 200m, längd, diskus F/P11: 150m, höjd, diskus F/P9: 150m, höjd, spjut F/P7: 150m, längd, boll</p>	<p>17</p>	<p>KPO kesäriehä i Nedervetil – Åsarna med i arrangemangen</p> 
<p>Föreningscup deltävling 1 i Nykarleby Kolla grenarna i Kilpailukalenteri</p>	<p>19</p>	<p>Träning vid sportplan</p>
<p>DT i Bennäs Kolla grenarna i Kilpailukalenteri</p>	<p>25</p>	
<p>DT i Nykarleby Kolla grenarna i Kilpailukalenteri</p>	<p>26</p>	<p>Träning vid sportplan</p>
<p>KALEVA SPELEN i Vasa</p>	<p>27-30.6</p>	


Juli

Kvarken Games i Vörå F/P13: 60m, 800m, höjd, spjut F/P11: 60m, 800m, längd, kula F/P9: 40m, 400m, längd, kula	3 (sista anm. dag 1.7)	Föreningstävling (2)  F/P15: 100m, kula, spjut F/P13: 200m, stav, spjut F/P11: 150m, höjd, kula F/P9: 150m, höjd, turbospjut F/P7: 40m, längd, boll F/P5: 40m, längd, boll
GRENKARNEVALER för 10-17 åringar	4-7.7	
	10	Träningar vid sportplan Önskvärt att så många som möjligt utav vuxna deltar under kommande vecka med att ställa i ordning inför SFIM 13.7!
	13 - 14.7	SFIM för F/P 15, D/H17 och D/H, samt DM för D/M och D/H 17 i Nedervetil Funktionärer behövs! 
	17	Träningar vid sportplan
DT i Malax Kolla grenarna i Kilpailukalenteri	23	
	24	Träningar vid sportplan

Knattefinal 9-13 åringar i Bennäs Kolla grenar i Kilpailukalenteri (Deltagarna får delta i högst 3 grenar per dag).	27-28.7 (sista anm. dag 24.7)	
	31 (sista anm. dag 29.7)	Föreningstävling (3)  F/P15: 80m häck/100m häck, 3-steg, slägga F/P13: 60m häck, 3-steg, slägga F/P11: 60m häck, höjd, slägga F/P9: 60m, längd, kula F/P7: 40m, längd, turbospjut F/P5: 40m, längd, turbospjut

Augusti

DT i Smedsby F/P13: 200m, spjut, längd, kula F/P11: 150m, längd, kula F/P9: 150m, höjd, boll	6 (sista anm. 4.8)	
	7	Träningar vid sportplan Mångkampsgrenar
Föreningscup deltävling 2 i Vasa Kolla grenarna i Kilpailukalenteri	13	
	14	Träningar vid sportplan Mångkampsgrenar
Knattemångkamp i Smedsby F12/13: 4-mångkamp (60m häck, längd, kula, 800m) P12/13: 4-mångkamp (60m häck, höjd, kula, 800m) F/P11: 3-mångkamp (60m, längd, kula) F/P10: 3-mångkamp (60m, längd, kula) F/P9: 3-mångkamp (40m, längd, kula)	17 (sista anm. dag 15.8)	
	20	
	21	Träningar vid sportplan OBS! Uttagning till Förenings cup Final i Helsingfors 31.8.
DT i Smedsby F/P13: 60m, 1000m, höjd, diskus F/P11: 60m, 1000m, höjd, spjut F/P9: 40m, längd, kula	22 (sista anm. dag 20.8)	

	28 (sista anm. dag 26.8)	Föreningstävling (4)  F/P15: 400m, höjd, diskus F/P13: 400m, höjd, diskus F/P11: 150m, 3-steg, spjut F/P9: 150m, 3-steg, höjd F/P7: 150m, längd, turbospjut F/P5: 150m, längd, turbospjut
Förenings cup Final i Helsingfors?!	31	

Klubbkamp (GIF, IF Åsarna, Larsmo) hålls någon gång i september.

I år ordnas tävlingen i Larsmo.

15.9 Avslutning

Tävlingskalentern 'lever' ännu, så förändringar kan komma. Kolla alltid i Kilpailukalenteri.fi för att få den senaste informationen för tävlingar inom distriktet. Kom ihåg att skaffa licens.

Uppdaterad 26.4.2024