







## IF ÅSARNA KESÄ 2024

### Huhti-toukokuu

Muilla paikkakunnilla kisattavat!		Harjoitukset ja kisat Alavetelissä
<b>Maastocup huhti-toukokuu</b>		<b>katso Åsarna FB-sivuilta ja somesta</b>
<b>Maasto PM Vöyrillä (IF VOM)</b> T/P 11 ja 12 maastojuoksu 2km T/P9 ja 10 maastojuoksu 1km	<b>27.4.</b> (viim. ilm. päivä 23.4)	
	<b>1.5.</b>	<b>Kesän harjoitukset kentällä alkavat</b>
	<b>8.5.</b>	<b>Kunniakierros</b> 
	<b>10.5.</b>	<b>Unelmien Liikuntapäivä</b>  <b>Harjoitukset ketällä</b>
<b>Majkastet Korsnäsissä</b> T/P9, T/P11, T/P13 Kuula, kiekko ja keihäs	<b>11.5.</b> (viim. ilm. päivä 9.5.)	
Lilla stafettkarneval Pietarsaaressa	<b>13.5.</b>	
	<b>15.5.</b>	<b>Harjoitukset ketällä</b>



Stafettkarneval Helsingissä	<b>17.-18.5.</b>	
	<b>20.-26.5.</b>	<b>Yleisurheiluviikko</b> 
<b>PK Uudessakaarlepyyssä</b> T/P15, 17, 19 och D/H T/P13: 60m, 1000m, kuula T/P11: 60m, 600m, pituus T/P9: 60m, 600m, kuula	<b>21.5.</b> (viim. ilm. päivä 18.5)	
	<b>22.5.</b>  (viim. ilm. päivä 20.5)	<b>Seurakisat (1)</b>  Huom! Karsinnat 8.6. järjestettäviin Närpiön Viesti PM:iin T/P15: 200m, seiväs, kuula T/P13: Kuula, pituus, 100m, 600m och 60m aidat T/P11: keihäs, pituus, 60m, 600m T/P9: pituus, kuula, 400m, 40m T/P7: 40m, 150m, pallo
<b>25.-26.5. KLL Kalajoella</b>		
<b>Maantiekävely PM Vaasassa</b> T/P 13 2km kävely T/P 9 ja 11 1km kävely	<b>28.5.</b> (viim. ilm. päivä 25.5)	
	<b>29.5.</b>	<b>Harjoitukset ketällä</b>


## Kesäkuu

<p><b>Tomatspelen Närpiössä</b> N/M, N/M17 ja P/T15 P13 200m, korkeus, kuula T13: 200m, 1000m, korkeus, kuula P11: 60m, 1000m, pituus, kuula T11: 60m, 1000m, korkeus, kuula P/T9: 60m, 600m, pituus</p>	<p><b>5.6.</b> (viim anm. dag 3.6)</p>	<p><b>Harjoitukset ketällä</b> Tavallisten harjoitusten lisäksi harjoittelemmme vaihtoja 8.6. järjestettäviä Viestien PM-kisoja silmällä pitäen</p>
<p><b>GIF:s AK Kokkolassa</b> N/M, N/M19, N/M17 ja P/T15 T/P 13: 100m, 1000m, korkeus T/P 11: 60m, 1000m, pituus T/P 9: 40m, 600m, pituus</p>	<p><b>7.6.</b> (viim ilm. päivä 3.6.)</p>	
<p><b>Viesti PM Närpiössä</b> T/P13: 4x100m, 4x600m, 4x60m aidat T/P11: 4x50m, 4x600m T/P9: 4x400m, 8x40m</p>	<p><b>8.6.</b> (viim. ilm. päovä 5.6.)</p>	
	<p><b>10.6.</b> (sista anm-dag 8.6.)</p>	<p><b>PK Alavetelissä</b> P/T13: 100m, pituus, kuula, kiekko P/T11: 150m, korkeus, pituus, keihäs P/T9: 40m, korkeus, pallo</p>
<p><b>PK Pietarsaaressa</b> P/T13: 60m aidat, seiväs, keihäs P/T11: 60m aidat, korkeus, kuula P/T9: 150m, korkeus, kuula</p>	<p><b>11.6.</b> (viim ilm. päivä 9.6.)</p>	

	<p><b>12.6.</b></p>	<p><b>Harjoitukset ketällä</b></p>
<p><b>YAG Tampereella</b> 9-15-vuotiaat</p>	<p><b>13.- 16.6.</b></p>	
<p><b>Junispiel Oravaisilla</b> T/P13: 200m, pituus, kiekko T/P11: 150m, korkeus, kiekko T/P9: 150m, korkeus, keihäs T/P7: 150m, pituus, pallo</p>	<p><b>17.6.</b></p>	<p><b>KPO kesärieha Alavetelissä – Åsarna mukana järjestelyissä</b></p> 
<p><b>Seuracup 1. osakilpailu Uudessakaarlepyyssä</b> Katso lajit Kilpailukalenterista</p>	<p><b>19.6.</b></p>	<p><b>Harjoitukset ketällä</b></p>
<p><b>PK Pännäisissä</b> Katso lajit Kilpailukalenterista</p>	<p><b>25.6.</b></p>	
<p><b>PK Uudessakaarlepyyssä</b> Katso lajit Kilpailukalenterista</p>	<p><b>26.6.</b></p>	<p><b>Harjoitukset ketällä</b></p>
<p><b>KALEVA N KISAT Vaasassa</b></p>	<p><b>27.- 30.6.</b></p>	


Heinäkuu

<p><b>Kvarken Games Vöyrillä</b> T/P13: 60m, 800m, korkeus, keihäs T/P11: 60m, 800m, pituus, kuula T/P9: 40m, 400m, pituus, kuula</p>	<p><b>3.7.</b> (viim. ilm. päivä 1.7.)</p>	<p><b>Seurakisat (2)</b></p>  <p>T/P15: 100m, kuula, keihäs T/P13: 200m, seiväs, keihäs T/P11: 150m, korkeus, kuula T/P9: 150m, korkeus, junnukeihäs T/P7: 40m, pituus, pallo T/P5: 40m, pituus, pallo</p>
<p><b>LAIKARNEVAALIT</b> 10-17-vuotiaille</p>	<p><b>4-7.7.</b></p>	
	<p><b>10.7.</b></p>	<p><b>Harjoitukset ketällä</b> Mahdollisimman monen toivotaan tulevana viikkona auttavan SFIM-kisojen järjestelyissä 13-14.7.</p>
	<p><b>13. - 14.7.</b></p>	<p><b>SFIM T/P 15, N/M17 ja N/M, sekä PM N/M ja N/M 17 Alavetelissä Toimitsijoita tarvitaan!</b></p> 
	<p><b>17.7.</b></p>	<p><b>Harjoitukset ketällä</b></p>
<p><b>PK Maalahdella</b> Katso lajit Kilpailukalenterista</p>	<p><b>23.7.</b></p>	

	<p><b>24.7.</b></p>	<p><b>Harjoitukset ketällä</b></p>
<p><b>Knattefinal 9-13-vuotiaille Pännäisissä</b> Katso lajit Kilpailukalenterista (Osanottaja saa osallistua korkeintaan 3 lajiin / päivä).</p>	<p><b>27-28.7.</b> (viim. ilm. päivä 24.7.)</p>	
	<p><b>31.7.</b> (viim. ilm. päivä 29.7.)</p>	<p><b>Seurakisat (3)</b></p>  <p>T/P15: 80m aidat/100m aidat, 3-loikka, moukari T/P13: 60m aidat, 3-loikka, moukari T/P11: 60m aidat, korkeus, moukari T/P9: 60m, pituus, kuula T/P7: 40m, pituus, junnukeihäs T/P5: 40m, pituus, junnukeihäs</p>

**Elokuu**

<b>PK Sepänkylässä</b> T/P13: 200m, keihäs, pituus, kuula T/P11: 150m, pituus, kuula T/P9: 150m, korkeus, pallo	<b>6.8.</b> (viim. ilm. päivä 4.8.)	
	<b>7.8.</b>	<b>Harjoitukset ketällä</b> Moniottelulajit
<b>Seuracup 2. osakilpailu Vaasassa</b> Katso lajit Kilpailukalenterista	<b>13.8.</b>	
	<b>14.8.</b>	<b>Harjoitukset ketällä</b> Moniottelulajit
<b>Junnumoniottelu Sepänkylässä</b> T12/13: 4-ottelu (60m aidat, pituus, kuula, 800m) P12/13: 4-ottelu (60m aidat, korkeus, kuula, 800m) T/P11: 3-ottelu (60m, pituus, kuula) T/P10: 3-ottelu (60m, pituus, kuula) T/P9: 3-ottelu (40m, pituus, kuula)	<b>17.8.</b> (viim. ilm. päivä 15.8.)	
	<b>21.8.</b>	<b>Harjoitukset ketällä</b> HUOM! Karsinta Helsingissä 31.8. järjestettävään Seuracup finaaliin

<b>PK Sepänkylässä</b> T/P13: 60m, 1000m, korkeus, kiekko T/P11: 60m, 1000m, korkeus, keihäs T/P9: 40m, pituus, kuula	<b>22.8.</b> (viim. ilm. päivä 20.8.)	
	<b>28.8.</b> (sista anm. dag 26.8)	<b>Seurakisat (4)</b>  T/P15: 400m, korkeus, kiekko T/P13: 400m, korkeus, kiekko T/P11: 150m, 3-loikka, keihäs T/P9: 150m, 3-loikka, korkeus T/P7: 150m, pituus, junnukeihäs T/P5: 150m, pituus, junnukeihäs
<b>Seuracup Finaali Helsingissä?!</b>	<b>31.8.</b>	

**Seuraottelu (GIF, IF Åsarna, Luoto) kisataan syyskuun alussa.**  
**Tänä vuonna kisat järjestetään Luodossa**

**15.9. Päätjäiset**

Kilpailukalenteri 'elää' vielä, joten muutoksia saattaa tulla. Tarkista aina Kilpilukalenteri.fi:stä saadaksesi viime hetken tiedot piirien järjestämistä kisoista. Muista hankkia lisenssi.

Päivitetty 26.4.2024