

VIEREMÄN KUNNAN YLEISURHEILUMESTARUUSKILPAILUT

Tiistaina 8.9. 2026 IIVON AREENALLA

Kilpailuohjeet

- Kaikki lajit aloittavat klo 18.00. Saavuthan kisapaikalle viimeistään klo 17.30.
- Numerolappujen jakopaikka ulkona huoltorakennuksen vieressä.

Ikäsarjat ja kilpailulajit

T/P 5	40m, pallo
T/P 7	40m, pituus, pallo, 400 m
T/P 9	pallo, 60 m, pituus, 600 m
T/P 11	pituus, 60 m, kuula, 600 m
T/P 13	kuula, pituus, 60 m, 600 m
T/P 15	kuula, pituus, 100 m, 800 m
M/N ja veteraanit	kuula, pituus, 100 m, 800 m

- Juoksuissa ei loppukilpailuja, tulokset aikojen perusteella.
- Pituushypyssä sarjat 7-11 v. käyttävät metrin ponnistusaluetta, vanhemmat käyttävät ponnistuspaikkana lankkua. Kaikilla kolme suoritusta.
- Pallonheitossa heitetään kolme peräkkäistä heittoa, joista pisin mitataan. Palloa tulee heittää olkapään tai heittokäsivarren yläpuolelta eteenpäin.
- Kuulassa kolme suoritusta
 - o T 11 2,0 kg
 - o T 13 ja P 11 2,5 kg
 - o P 13, T 15, N 17 3,0 kg
 - o P 15, N 19, N 4,0 kg
 - o M 17 5,0 kg
 - o M 19 6,0 kg
 - o M, M35, M40, M45 7,26 kg
 - o M50 6,0 kg

Kolme parasta palkitaan mitaleilla suorituspaiikalla oman ikäsarjan valmistuttua.

Kaikki kilpailijat saavat osallistumispalkinnon numerolappua vastaan.

Onnea kisaan!

