



# VSVU:n jäsentiedote 1 / 2019

*Kilpa- ja terveystoimintaa ikäluokkajärjestö 1979*

Varsinais-Suomen Veteraaniturheilijat ry. Kuninkaankartanonkatu 10, 20810 Turku  
Puhelin: 0409377206 Email: [vsvu@vsvu.fi](mailto:vsvu@vsvu.fi) Internet: [www.vsvu.fi](http://www.vsvu.fi)



*Seuran lajiryhmät: yleisurheilu, hiihto, luistelu ja kunto- ja terveystoiminta*

## Kyl määki Turus!

VSVU:n 40-v. juhlavuosi on käynnistynyt vauhdikkaasti tulevien SM-kilpailujen järjestelyillä. Seuralla on ilo ja kunnia järjestää SAUL:in yleisurheilun SM-kilpailut Paavo Nurmen stadionilla 9.-11.8.2019.

VSVU on yksi Suomen vanhimmista aikuisurheiluseuroista, ja se on järjestänyt historiansa aikana useita kilpailuita laajalla skaalalla: piirimestaruuskisoista maailmanmestaruustason mittelöihin asti. VSVU on ollut aktiivinen kilpailuiden järjestäjä koko toimintansa ajan ja tuonut uusia tuulia suomalaisen aikuisurheilun kilpailutoimintaan.

Paavo Nurmen stadionille kelpaa tulla kisaamaan Suomen mestaruudesta, sillä kenttä edustaa tärkeää osaa suomalaista aikuisurheiluhistoriaa. Ensimmäisten pohjoismaisten veteraanien yleisurheilumestaruuskilpailuiden lisäksi VSVU on järjestänyt kentällä 1980-luvun puolivälissä ensimmäiset viestijuoksun SM-kilpailut sekä vuonna 1991 veteraanien yleisurheilun MM-kilpailut.

**Vuosikymmenten ajan kilpailujärjestelyissä on korostunut vapaaehtoistyön merkitys. Myös 2019 SM-kilpailuita järjestetään vapaaehtoisvoimin. Tarvitsemme nyt myös sinun apuasi: Vapaaehtoiseksi voi tulla vaikka puoleksi päiväksi! Käy tutustumassa asiaan kilpailusivustollamme: [www.vsvu.fi/sm-kisat-2019/tule-vapaaehtoiseksi/](http://www.vsvu.fi/sm-kisat-2019/tule-vapaaehtoiseksi/)**

Kilpailuiden viestintää on lähdetty rakentamaan jo syksyllä 2018 sosiaalisen median kanavissa, Facebookissa ja Instagramissa. Viestintätiimi on halunnut tuoda esiin aikuisurheilun ilosanomaa mottona: "Yleisurheilu voi olla sinunkin juttusi missä iässä tahansa!". Urheilijaesittelyiden avulla on haluttu kannustaa konkareiden lisäksi myös uusia yli 30-vuotiaita yleisurheilun pariin. Vertaistarinoita julkaisemalla halutaan laskea rimaa ja rohkaista kokeilemaan uusia harrastamahdollisuuksia. Mikä onkaan parempi tapa juhlistaa 40-vuotiaan VSVU:n taivalta kuin kannustaa lisää ihmisiä aikuisurheilun pariin!

**Riikka Honkanen ja Sanna Tarkkanen**  
SM2019-viestintätiimistä

**Kisavalmisteluja voit seurata täällä:**  
[www.instagram.com/saul\\_yleisurheilu\\_sm/](https://www.instagram.com/saul_yleisurheilu_sm/)  
[www.facebook.com/SAULyleisurheiluSM/](https://www.facebook.com/SAULyleisurheiluSM/)

## Seuran edustusasut odottavat noutajiaan!

Edustusasuja on saatavilla. Varastossa on vanhempaa mallistoa hajakokoja edulliseen hintaan 5,00 euroa/tuote. Uusista NONAME:n tuottamissa löytyy kokoja. Hinta on 29,00 euroa/tuote. Naisilla ja miehillä on omat mallit.

Uutta Nonamen seura-asua on myynnissä hintaan 89,00 euroa. Kaikkia kokoja löytyy naisille ja miehille.

Moni on jo ehtinyt hankkia asut ensi kesän kilpailuja varten. Seura edellyttää, että SM-kilpailuissa edustetaan seuraa sen edustusasussa. Olemme sopineet seuraavista toimitustavoista asuja tilanneille: pm-maastoissa Salossa 24.4. Tuon asuvaraston sinne. Tämän jälkeen kaikissa pm-kilpailuissa on mahdollisuus lunastaa asut. Asutiedustelut **0409377206**.

## HUOM! Vuoden 2019 jäsenmaksut!

Jos et ole vielä maksanut jäsenmaksua vuodelle 2019, voit maksaa sen ohessa olevalla pankkisiirrolla viimeistään 30.4.2019 mennessä. **Osallistuminen tämän vuoden MM-, PM- ja SM-kilpailuihin edellyttää, että olet maksanut jäsenmaksun.**

**Muista käyttää viitenumeroa!**

## SM-maastajuoksu Janakkalassa 4.5.

### Ilmoittaudu 28.4. mennessä!!!

Tulevan kauden SM-kilpailuista on seuraavana vuorossa **SM-maastot Janakkalassa 4.5.** Seura järjestää linja-autokuljetuksen. Lähtö Turusta klo 6.00 Veritas-stadionin parkkipaikalta. Reitti kulkee 10-tietä Hämeenlinnan suuntaan. Tien varrelta otetaan kyytiin, kunhan ilmoitat mistä tulet. Salon väki voisi tulla omilla autoilla Salo-Aura tien risteykseen. Loimaan väki voidaan ottaa autoon Forssan Autokeitaalta. Tarkempi aikataulu ilmoitetaan lähempänä. Ilmoitelkaa Raimo Koskelalle jos osallistutte, että näemme mihin sarjoihin saamme joukkueita muodostettua ja ehdimme maksaa joukkueilmoittautumiset. Pitäkää yhteyttä Riikkaan puhelin 050-3685764 tai Raimoon puhelin 0409377206. SM-maastoihin lähdössä olevien urheilijoiden on ilmoitettava viimeistään omissa pm-maastoissa Salossa 24.4. ovatko lähdössä SM-maastoihin. Joukkuekilpailuihin ilmoitetaan ne ikäsarjat, joihin saadaan sarjamäärityksen edellyttämät joukkueet. Mielellään otamme vastaan osallistumisvahvistuksia jo aikaisemmin. Sovitaan niin, että jokainen SM-maastoihin lähdössä oleva ilmoittaa myös meille jos on lähdössä. Se helpottaa joukkuemaksujen suorittamista.

### Ilmoittautumisoheja:

kilpailupaikka Kiipulantie 507, 14200 Turenki (Janakkala).  
Ilmoittautumiset su 28.4.2019 klo 24.00 mennessä sähköisellä lomakkeella. Ilmoitettavat tiedot: nimi, syntymäaika, seura, sarja ja juostava matka, syntymäajat. Huom! Sarjaa vaihtavien osalta huomioitava, että juoksijoiden on oltava samassa lähdössä.  
Ilmoittautumislinkki:  
[www.sm-maastot2019.net](http://www.sm-maastot2019.net)

## Aikuisurheilijoiden pm-kilpailut 2019

Kilpailut järjestää **VSVU**

### Kaarinan keskusurheilukentällä

Maastajuoksu **Salossa Tupurissa Salon Vilppaan majan ympäristössä**. Osoite: hiihtomajantie 11, 24100 Salo.

Kilpailut alkavat klo **19.00**, paitsi maastajuoksu klo **17.30**.

**Ke 24.4. Salo Tupuri** pm-maastot, klo **19.00**.

**Ti 21.5. Kaarina** (100 m, korkeus ja painonheitto),

**Ti 28.5. Kaarina** (200 m, 1500 m ja moukari),

**Ti 04.6. Kaarina** (400 m, lyh. aid., pit. aid., pituus ja keihäs),

**Ti 25.6. Kaarina** (800 m, 5000 m:n kävely ja kiekko),

**Ti 02.7. Kaarina** (5000m, 3-loikka ja kuula),

**Ti 20.8. Kaarina** (3-ottelu ja seiväs), klo **18.00**.

**Alkavan kauden osallistumismaksu on 4 euroa/laji. Mitalimaksu on 3 euroa ja on vapaaehtoinen.**

**Edellämainittujen pm-kilpailujen lisäksi VSVU järjestää perinteisen "Ratavitosen" 14.5. klo 18.00 Kaarinassa ja "Ratakympin" 27.8. klo 18.00 Kaarinassa.**

## 2019 kilpailukalenteri

Linkki osoitteesta: <http://www.saul.fi/kilpailut/kilpailukalenteri>

### 04.5. SM-maastot, Janakkala

18.5. Heittomaaottelun karsinta, kuula, Salo

19.5. Kansalliset, Kouvola

19.5. ReiluCup1, Lahti

19.5. Heittomaaottelun karsinta, painonheitto, Seinäjoki

25.5. Kansalliset, Vantaa

25.5. Kouvolan puolimaraton, Kouvola

25.5. Kouvolan kymppi, Kouvola

25.5. Heittomaaottelun karsinta, moukari, Lohja

25. - 26.5. Avoimet TUL:n aikuisurh. mestaruuskilpailut yu Leppävirta.

26.5. Kevätkansalliset, Nummela

26.5. Uusi Lahti juoksu, Lahti

26.5. Heittomaaottelun karsinta, kiekko, Nummela

30.5. ReiluCup2, Lahti

### kesäkuu

02.6. Kansalliset, Perniö

02.6. Kansalliset heittokilpailut, Tyrnävä

08.6. SM-viestit, Kangasala

08.6. Kansalliset, Hollola

08.6. Kuulakarnevaali, Vantaa

08.6. Heittomaaottelun karsinta, keihäs, Parikkala

09.6. SM-maantiekävelyt, Savonlinna

10.6. Paavo Nurmi Junior/Master Games, pikajuoksucup 1, Turku

12.6. Aikuisurheilijoiden E-P:n pm-kilpailut, Töysä

15.6. Viro-Suomi heittomaaottelu, Kohila

16.6. Kansalliset heittokilpailut, Oulu

18.6. Kansalliset heitot, Kurikka

25.6. ReiluCup3, Lahti

26.6. Pikajuoksucup 2, Veikkola

29.6. Kansalliset, Pori

29.6. Kansalliset, Joensuu

### heinäkuu

06.7. Kansalliset, Kouvola

10.7. Kansalliset, Orivesi

16.7. Töysän Korppukisat, Töysä

18.7. Pikajuoksucup 3, Riihimäki

20.7. Kansalliset ja pikajuoksucup 4, Kuhmoinen

20.7. Kansalliset heitot, Peräseinäjoki

27.7. Kansalliset heitot, Turku

28.7. Kansalliset, Nummela

28.7. - 4.8. European Master Games, Torino, Italia

30.7. ReiluCup4, Lahti

### elokuu

9.8.- 11.8. SM-yleisurheilu ja pikajuoksucup 5, Turku

16. - 18.8. Tanskan avoimet, Tanska

17.8. Kansalliset, Harjavalta

18.8. Kansalliset, Orimattila

20.8. ReiluCup 5, Lahti

24.8. SM-heitto 5-ottelu, Nastola

24. - 25.8. Ultramiontteleiden MM-kisat, Helsinki

25.8. Kansalliset, Lohja

27.8. Kansalliset ja pikajuoksucup 6, Jyväskylä

30.8. Kansalliset heitot, Vilppula

31.8. SM-maantiejuoksu, 10 km, Ristiina

### syyskuu

01.9. SM-polkujuoksu, Tampere

05. - 15.9. EM-kilpailut Venetsia, Italia

14.9. Avoimet heitto5-ottelut, Jalasjärvi

21.9. Kansalliset painonheitto, Turku

21.9. SM-Maraton, Espoo

21.9. Pirkkolajuoksu ja -kävely, Helsinki

### 2020

20.7. - 1.8. World Masters Athletics Championships Toronto, Kanada

5. - 17.10. World Senior Games (50+), Sankt George

**Lihavoidut** kilpailut ovat MM-, PM- ja SM-kilpailuja, joihin VSVU kannustaa omia urheilijoitaan osallistumaan runsaslukuisesti. Menestyminen aikuisurheilumaljan pistekilpailussa on teidän panoksestanne ja aktiivisuudestanne kiinni. Seura on teidän tukenanne.

## SM-viestit Kangasalla 8.6.

### Ilmoittaudu ja lähde mukaan!!!

SM-viestit juostaan Kangasalla lauantaina 8.6. Alustava suunnitelma ja ajoreitti. Matkaan lähdemme lauantaina aamuvarhaisella Veritas-stadionin parkkipaikalta klo 6.00 linja-autolla. Täältä nousevat autoon turkulaiset ja lähialueen matkustajat. Matka jatkuu Tampereentietä Humpillaan La-sitehtaalle, missä olemme n. klo 7.00. Sieltä jakamme Kangasalle. Perillä pitää olla viimeistään klo 9.00. Kilpailujen jälkeen kotimatalla käymme ruokailemassa Tampereella. Ruokailun jälkeen paluumatka samaa reittiä päinvastaiseen suuntaan kuin tullessa.

Joukkueiden kokoamista toivotaan ikäryhmittäin. Jos olet halukas osallistumaan, niin soita seuran puhelimeen. Ennakkoilmoittautuminen on välttämätöntä, koska joukkueet pitää ilmoittaa 28.5. mennessä. Soita myös jos et tule yhteiskuljetukseen, vaan käytät muuta kuljetusta.

Osallistuvien urheilijoiden osalta seura maksaa kuljetukset ja ruokailun paluumatkalla.

## Informaatiota MM-, EM-, PM- ja

### SM-kilpailuihin osallistuville jäsenille

VSVU hyvittää MM-, EM-, PM ja SM-kilpailuihin osallistuvien urheilijoiden osallistumismaksut. Jokainen ilmoittautuu itse ja maksaa osallistumismaksun (HUOM! Maasto-, viesti-, maantie- ja maratonin joukkueet seura ilmoittaa ja maksaa joukkuemaksut).

Seura maksaa korvaukset kilpailujen jälkeen laskuja ja kuitteja vastaan. Maksut palautetaan niiden lajien osalta joihin olet osallistunut. Toimita laskusi seuran toimistoon. On hyvä liittää mukaan kopia kuiteista.



**Master/Junior Games 2019  
SAUL:n pikajuoksucup osa 1.  
[www.paavonurmigames.fi](http://www.paavonurmigames.fi)**

Nyt saa ilmoittautua! Ja kannattaa ilmoittautua ajoissa, koska kilpailuihin mahtuu rajoitettu määrä aikuisurheilijoita. 24 naista ja 24 miestä. Ilmoittautumisjärjestyksessä. Tulosten vertailussa käytetään ikäkertoimia.

**Laji:** 100 m N30+ M30+

**Linkit:** <https://www.saul.fi/kilpailu/kilpailukalenteri/?tapahtuma=98>  
<http://www.paavonurmigames.fi/oheistapahtumat/masterjuniorgames/>

**Osallistuminen edellyttää:** cupmaksun suorittamista ja SUL:n yleisurheilisenssiä.

**Ilmoittautumiset:** [www.kilpailukalenteri.fi](http://www.kilpailukalenteri.fi)

**Tiedustelut:** Raimo Koskela 044 5242525

## Harjoitusvuorot Kaarinassa, Raisiossa ja Paavo Nurmen Stadionin lähiekkakentällä ja välikentän uudella harjoituskentällä

Kupittaan urheiluhalli sulkeutuu viimeistään toukokuun puolivälissä. Silloin seuran harjoitusvuorot siirtyvät Kaarinan keskusurheilupuistoon ja Raision Keskusurheilukentälle. Maanantaisin kokoonnutaan Kaarinaan alkaen klo 9.00 ja torstaisin Raisioon alkaen klo 9.00. Sunnuntaisin heittäjien harjoitusvuoro Paavo Nurmen Stadionin lähiekkakentällä alkaen klo 10.00.