



VSVU:n jäsentiedote 1/2022

Kilpa- ja terveystoimintaa ikiliikkujille vuodesta 1979

Varsinais-Suomen Veteraanurheilijat ry. Kuninkaankartanonkatu 10, 20810 Turku
Puhelin: 0409377206 Email: vsvu@vsvu.fi Internet: www.vsvu.fi



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

Aikuisurheilu on kaikille avointa

Tänä vuonna meitä suomalaisia aikuisurheilijoita hemmotellaan, kun MM-kisat järjestetään kesällä Tampereella. Pohditko vielä, osallistuako vai ei? Luvassa on ainakin urheilun iloa ja sopivaa jännitystä, joukkuehenkeä ja mahdollisuus vaihtaa ajatuksia eri maista tulevien saman henkisten urheilijoiden kanssa. Itselleni on ensimmäinen kerta arvokisoissa, ja odotan kisaviikkoja innoilla.

Jos haluat saada osiittain tulostasosta, niin voit kurkistaa vaikkapa neljän vuoden takaisten Malagan MM-kisojen tuloksia. Mitalistien tulokset ovat joka sarjassa ja lajissa kuin lajissa kovatasoisia, mutta mukaan mahtuvat kaikki. Osallistuakseen ei tarvitse olla maailman huippu – tärkeintä on hieno yhteinen kisaelämys.

Aikuisurheilun, myös kilpailemisen, voi aloittaa minkä ikäisenä tahansa. Jos sinulla on liikunnasta kiinnostuneita tuttavuuksia, niin voit pyytää heitäkin mukaan seuran toimintaan. Liikunta edistää kehon ja mielen hyvinvointia, ja vielä ehtii vaikka kesän MM-kisoihinkin.

**Elisa Valtanen, VSVetU,
pika- ja aitajuoksu N50-sarjassa,
urheilu- ja liikuntapsykologi**

**KILPAILUUN ILMOITTAUTUMINEN
27.4.2022 asti
<https://wmatampere2022.com/>
Edustusosoikeus**

Kilpailuun ei ole tulosrajoja. MM-kilpailu on avoin kaikille yli 35 vuotta täyttäneille taustasta ja tasosta riippumatta. Sarjat ovat 35+ viiden vuoden välein. Kilpailijan tulee kuitenkin olla Suomen kansalainen sekä SAUL:oon kuuluvan seuran jäsen tai SAUL:in henkilöjäsen.

Tämän lisäksi tulee hyväksyä WMA:n ehdot. Ohessa on viralliset ehdot sekä epävirallinen suomenkielinen käännös.

Ilmoittautuminen

Urheilija voi ilmoittautua itse kilpailuun suoraan ilmoittautumissivulla tai jos se ei onnistu, voi ilmoittautua liiton kautta. Ilmoittautumissivulla osallistumismaksu suoritetaan osana lomakkeen täyttämistä. Liiton kautta ilmoittautuessa maksu maksetaan liiton tilille ja kuitti laitetaan liitteeksi lomakkeeseen. **Ilmoittautuminen päättyy 27.4.2022 ja liiton kautta viikkoa aikaisemmin 20.4.2022.**

**Ilmoittautuminen ja muut lisätiedot löytyvät verkkosivuilla,
<https://wmatampere2022.com/entry-requirements-2/>**

Halutessaan mukana matkustavat kannattajat voi ilmoittaa lomakkeella kohtaan "seuralainen". Hintaan sisältyy rekisteröinti, kisamateriaali ja lippu julkisiin liikennevälineisiin. Sisäänkäynti katsomoon on maksuton kaikille.

Mikäli et ole aiemmin kilpaillut SAUL:n SM-kilpailuissa tai WMA:n MM-kilpailuissa, sinun tulee osoittaa henkilöllisyytesi virallisella henkilötodistuksella: passilla tai EU:n henkilökortilla. Mikäli sinulla ei ole passia tai EU-henkilökorttia, mutta omistat kuitenkin muun voimassa olevan henkilötodistuksen esim. Kelakortti tai ajokortti – ota yhteyttä liittoon toimisto@saul.fi.

HUOM! Vuoden 2022 jäsenmaksut!

Jos et ole vielä maksanut vuoden 2022 jäsenmaksua, maksa se viimeistään 27.4.2022 mennessä. Tampereen MM-kilpailujen ilmoittautumisaika päättyy silloin. Osallistuminen MM-, EM-, PM- ja SM-kilpailuihin edellyttää, että on maksanut kuluvan vuoden jäsenmaksunsa ennen kyseisiä kilpailuja. Jos et ole vielä maksanut saat laskun tämän postin yhteydessä. Muista käyttää viittenumeroa maksaessasi.

SM-viestit Helsingissä 28.5.

Ilmoittaudu ja lähde mukaan!!!

SM-viestit järjestetään Helsingissä Eläintarhan urheilukentällä lauantaina 28.5. alkaen klo 10.00. Matkaan lähemme bussilla lauantaiamuna. Auto lähtee Turusta Veritas-stadionin parkkipaikalta alustavasti klo 7.00, tarkempi aika ilmoitetaan myöhemmin.

Toivottavaa on, että Somerolta ja Salon lähialueilta matkaan lähtijät astuvat autoon Piihovista. Matka jatkuu 1-tietä Helsinkiin. Kilpailujen jälkeen kotimatalla käymme ruokailemassa. Ruokailun jälkeen paluumatka tapahtuu samaa reittiä kuin tullessa.

Joukkueiden kokoamista toivotaan ikäryhmittäin. Jos olet halukas osallistumaan, niin soita seuran puhelimeen. Ennakoilmoittautuminen on välttämätöntä, koska joukkueet pitää ilmoittaa 18.5. mennessä. Soita myös jos et tule yhteiskuljetukseen, vaan käytät muuta kuljetusta.

Ryhmämatkalle osallistuvien urheilijoiden osalta seura maksaa kuljetuskulut. Myös paluumatkan ruokailun seura maksaa urheilijoiden osalta. Seuralaiset voivat tulla matkalle mukaan. Kuljetus ei aiheuta heille kuluja. Ruokailun osalta seuralaiset maksavat omat kulunsa.

SAUL:n avoimet pm-kilpailut 2022

Kilpailut järjestää **VSVetU, VSVetU:n Salon alaosto ja Salon Vilpas Salon keskus kentällä.**

Maastojuoksu Turussa Runosmäen kuntoradalla.

Kilpailut alkavat **klo 19.00**, paitsi maastojuoksu Runosmäen kuntoradalla **klo 18.00**.

Ma 2.5. Turku, Runosmäki kuntorata pm-maastot, klo 18.00.

Ke 1.6. Salo (200 m, 1500 m, pituus ja kuula),

Ke 8.6. Salo (100 m, 800 m, korkeus ja kiekko).

Ke 15.6. Salo (400 m, kolmiloikka ja keihäs).

Lopuista pm-kilpailuista tiedotetaan, kun niiden ajankohta on saatu selville. Alkavan kauden osallistumismaksu on 6 euroa/ laji. Mitalimaksu on 4 euroa ja on vapaaehtoinen. Seuran jäsenmaksun maksaneet saavat osallistua ilmaiseksi.

Jatkuu kääntöpuolella

2022 kilpailukalenteri

- 17.4. 17.4. SM-puolimaraton, Rauma
30.4. Norrvalla Cross Country Run, Vöyri
7.5. SM-maastot, Nakkila
13.5. - 15.5. EMACNS, Maantie EM-kilpailut Grosseto (ITA)
15.5. Heitto5ottelu, Turku
21.5. SM-maantiekävely, Laitila
21.5. - 22.5. Avoimet TUL mestaruuskilpailut, Leppävirta
22.5. Kansalliset yu-kilpailut, Salo
22.5. Kansalliset yu-kilpailut, Kuortane
28.5. SM-viestit, Helsinki
29.5. Kansalliset yu-kilpailut, Nummela
11.6. Kansalliset yu-kilpailut, Perniö
11.6. Origames Kansalliset aikuisurheilukisat, Orivesi
13.6. - 14.6. Avoimet yu-kilpailut, Kajaani
18.6. Kansalliset yu-kilpailut, Joensuu
18.6. Kansalliset yu-kilpailut, Töysä
19.6. Kauko Rokalan Muistokilpailut, Vantaa
29.6. - 10.7. Yleisurheilun MM-kisat, Tampere
8.7. - 10.7. EMORC polku- ja vuorijuoksun EM-kilpailut, Les Deserts
23.7. Kansalliset yu-kilpailut, Kuhmoinen
25.7. Kansalliset yu-kilpailut, Töysä
31.7. Kansalliset yu-kilpailut, Nummela
1.8. Kansalliset yu-kilpailut, Laihia
3.8. Avoimet heittokilpailut, Kajaani
6.8. Kansalliset yu-kilpailut, Harjavalta
6.8. SM-polkujuoksu, Virrat
11.8. - 14.8. SM-yleisurheilu, Pedersöre
20.8. SM-maraton, Turku
20.8. Kansalliset yu-kilpailut, Mänttä-Vilppula
27.8. - 28.8. Tanskan avoimet mestaruuskilpailut, Ballerup
27.8. SM-heitto5ottelu, Nastola
28.8. Kansalliset yu-kilpailut, Orimattila
10.9. Kansallinen heitto 5-ottelu, Jalasjärvi
17.9. Kansalliset yu-kilpailut, Turku
22.10. SM-maantiekymppi (päivämäärä alustava), Helsinki

VSVetU:n jäsenedut 2022

- VSVetU hyvittää MM-, EM-, PM ja SM-kilpailuihin osallistuvien urheilijoiden osallistumis- ja rekisteröintimaksut.
 - Seuran järjestämien pm-kisojen osallistuminen on jäseniltä edelleen ilmaista. Seuran järjestämistä kansallisista kilpailuista seuran jäseneltä ei peritä ilmoittautumismaksua, jos hän tuo toimitsijan kilpailuun.
 - Seura järjestää kuntotestauksia Kupittaaan u-hallissa keväällä ja syksyllä. Yhteistyökumppanuuden ansiosta jäsenet saavat testin edulliseen 15€ hintaan (listahinta 50€). Testeistä tiedotetaan jäsentiedotteilla ja seuran kotisivuilla.
 - Pilates-Turku, kausijumppaan osallistuvat jäsenet saavat 2,5€ edun/tunti, omavastuu on 15€/tunti. Kausimaksut lascutetaan kauden loppuksi.
 - SAUL:n valmennusleirien kompensatiomaksu on 50€, korkeintaan 3 valmennusleiriä osallistujaa kohden vuodessa.
 - Seuran jäsenet saavat Kupittaaan urheiluhalliin Turun liikuntapalvelun asiakaspisteestä (Veritas-stadionin alakerta) rannekkeen, johon voi ladata käyttömaksua 20€. Kertamaksu seuran jäsenille on 2€. Ilman alennusta maksu on 5€.
- HUOM! Seuraava testipäivä 25.4.2020. Soita ja varaa aika 0445242525.**

**Onnea ja tsemppiä kilpailuihin!
Tervetuloa mukaan seuran
toimintaan uudet ja vanhat jäsenet!
Kiitos toimitsijoille
ja tukijoukoille!**

Kansalliset yu-kilpailut Salon keskusurheilukentällä

os. Pormestarinkatu 6

sunnuntaina 22.5.2022 klo 10.00



Sarjat miehet ja naiset: 30+.

Lajit: 100 m, 200 m, 800 m,
pituus, kolmiloikka, keihäs, kiekko ja kuula.
Kentälajeissa on kuusi (6) lajisuoritusta.

Alustava aikataulu:

10.00 100 m N30+, M30+
10.45 Kuula M30-55, kiekko M60-65,
10.45 200 m M30+ ja N30+
10.45 Keihäs M70+ (A), keihäs N30+ (B)
11.00 800 m N30+, M30+
11.45 Kuula M60-65, kiekko M30-55, pituus N30+ ja M30+
13.00 Kiekko M70+ ja N70+, kolmiloikka N30+ ja M30+
14.30 Keihäs M30-65, kuula N30+ ja M70+

Ilmoittautuminen ennakkoon pakollinen 19.5.2022 mennessä
oheisen linkin kautta:

https://www.sportspoc.com/app/form_registrations/?&nmgp_parms=Competition*scin302*scoutN*scin0*scout

Osallistumismaksu: 10 euroa/laji. Jälki-ilmoittautuminen
15 euroa. Ilmoittautumismaksuohjeet saat ilmoittautumisen
yhteydessä.

Palkinnot lasiesineitä.

Novotan-pinnoite, sähköinen ajanotto, kahvio, lääkintähuolto
SPR.

Tiedustelut: Jukka Helkama 0400 203098.

**TERVETULOA SALOON PERINTEISIIN KILPAILUIHIN!
VSVetU Salon alaosasto ja Salon Vilpas**

23. kansalliset

Bror Wendelinin muistokisat

sunnuntaina 15.5.2022 klo 12.00

Paikka: Turun Urheilupuiston yläkenttä ja Paavo Nurmen stadion

Laji: Heittoviisiottelu (keihäs, kiekko, kuula, moukari ja paino)

Sarjat: Miehet ja naiset, kaikki veteraanisarjat (30+ alkaen)

Ilmoittautuminen ennakkoon: Viimeistään 12.5.

sähköpostilla: eila.seppanen@utu.fi tai

puhelimella: 050 372 4775. Tekstiviesti käy myös. Ilmoittautumisessa on oltava nimi, sarja ja seura.

Osallistumismaksu: 25 euroa, maksettava viimeistään 12.5.

tilille FI89 4711 1020 0539 22 viitenummerolla 15053 (ota kuitti mukaan).

Osanoton varmistus: Viimeistään 11.30 yläkentällä

Jälki-ilmoittautuminen on mahdollista: Ilmoittautuminen
viimeistään klo 11 kilpailupäivänä yläkentällä, osallistumismaksu
on tällöin 30 euroa ja maksu käteisellä.

Aikataulusta: Kilpailun alustava aikataulu tulee VSVU:n kotisivuille www.vsvu.fi huhtikuun puolivälissä. Kaikki ryhmät (2-3 kpl) aloittavat ottelun saman aikaan. Kesto on noin 4 tuntia riippuen osallistujamäärästä.

Tiedustelut:

Eila Seppänen, puh. 050 372 4775,

sähköposti: eila.seppanen@utu.fi

Raimo Koskela, puh. 040 937 7206

tai 044 524 2525,

sähköposti: raimo.koskela60@gmail.com

Toimitsijoita tarvitaan eri tehtäviin! Tulisitko sinä?

Ota yhteyttä: sirpa.vahtera@gmail.com tai 0400 784 709

Tervetuloa Turkuun!

Varsinais-Suomen Veteraanurheilijat ry, VSVetU

