



## Veteraaniyleisurheilun SM-hallit 17.-18.3.2012 Tampereella

### **KILPAILUOHJELMA TAMPEREEN MESSU- JA URHEILUKESKUKSESSA (Pirkkahallissa) Ilmalankatu 20**

#### **Lauantaina 17.3**

##### **NAISET**

60m + 400m + 1500m + 3000m kävely

pituus + korkeus

kuula + painonheitto

4 x kierros viestit;

1. (N30, N35, N40, N45)

2. (N50, N55, N60+vähintään kaksi juoksijaa), juoksujärjestys on vanhimmasta nuorimpaan

##### **MIEHET**

60m + 400m + 1500m + 3000m kävely

pituus + korkeus

seiväs 30, 35, 40, 45, 50, 55

4 x kierros viestit

1. (M30, M35, M40, M45)

2. (M50, M55, M60, M65)

3. (M70, M75, M80+ vähintään kaksi juoksijaa), juoksujärjestys vanhimmasta nuorimpaan

#### **Sunnuntai 18.3**

##### **NAISET**

60m aj. + 200m + 800m + 3000m

3-loikka + seiväs

##### **MIEHET**

60m aj. + 200m + 800m + 3000m

3-loikka + seiväs 60+

kuula + painonheitto

## ILMOITTAUTUMINEN

**Ilmoittautuminen tiistaihin 6.3.2012 mennessä**

**Sähköpostilla: [kuntopirkat@kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat@kuntopirkat.fi)**

**Kirjallisesti: Anne Haanpää Hippoksenkatu 9 D 28, 33520 Tampere**

Ilmoittautumiseen tulee sukunimi, etunimi, syntymäaika, sarja, seura, seuran virallinen lyhenne ja lajit. Juoksumatkoille 60 - 400m on eräjakoa varten ilmoitettava paras tulos vuosilta 2011 tai 2012.

**Osallistumisoikeus** on SVU:n jäsenseurojen jäsenillä tai henkilöjäsenillä.

**Osallistumismaksu:** 10e/laji/urheilija, viestit 20e/joukkue maksetaan ilmoittautumispäivään 6.3.2012 mennessä tilille FI 40 1146 3000 8745 26 viite no: 4006. Osallistumismaksua ei uuden säännön mukaan palauteta. Maksusuoritus ei ole virallinen ilmoittautuminen, vaan se on tehtävä ilmoittautumisohjeiden mukaan.

**Osallistumisen varmistus** on suoritettava 1,5h (90min) ennen lajin alkua. Jälki-ilmoittautumisia ei hyväksytä.

**Kilpailijat, kilpailevat omalla vastuullaan.**

**Kilpailukanslia: Pirkkahallissa pe 18-21, la 7.30-20 ja su 7.30-18.00**

<b>Tiedustelut:</b>	<b>Taisto Pietilä</b>	<b>040 5158 683</b>
	<b>Kauko Höysniemi</b>	<b>045 1306 973</b>
	<b>Anne Haanpää</b>	<b>040 5677 007</b>
	<b>Tapio Lindroos</b>	<b>0500 773 023</b>

**Tervetuloa SM-halleihin Tampereen Messu- ja Urheilukeskukseen.**

**KUNTO-PIRKAT ry.**



# SM-hallikilpailut Tampereella 17.-18.3.2012

Lauantain ja sunnuntain aikataulut, ovat alustavia mutta antavat noin ajankohdan milloin eri lajeja ikäryhmittäin suoritetaan. Lopullinen aikataulu ilmestyy noin viikkoa ennen kilpailuja !

## Aikataulu lauantai 17.3.2012

10:00	60 m alkuerät aloitetaan ikäryhmittäin niiden ryhmien osalta, joissa tarvitaan alkuerät Korkeus P1 M 30, 35, 40	14:30	400 m N 70, 75 Kuula P1 N 60+
10:10	Pituus P1 M 45, 50	14:35	400 m N 65
10:15	Pituus P2 N 60+	14:40	400 m M 65
10:50	60 m lk. M 80, M 85, M 90	14:45	400 m M 60
10:55	60 m lk. M 75	14:50	Korkeus P1 N 30, 35, 40, 45
11:00	60 m lk. N70+	14:55	400 m M 55
11:05	Kuula P1 N 30, 35, 40	15:00	400 m N 55, 60
11:10	60 m lk. M 70	15:05	400 m M 50
11:15	Seiväs M 50, 55	15:10	400 m M 45
11:20	Korkeus P2 N 50+	15:15	Pituus P1 M 55, 60
11:25	60 m lk. M 65	15:20	400 m N 50
11:30	60 m lk. N 60, 65	15:25	400 m N 45
11:35	60 m lk. M 60	15:30	400 m M 40
11:40	60 m lk. M 55	15:35	Pituus P2 M 70, 75
11:45	60 m lk. N 50, 55	15:40	400 m N 30, 35, 40
11:50	Pituus P1 M 30, 35, 40	15:45	400 m M 30, 35
11:55	60 m lk. M 50	16:00	1500 m N 50+
12:00	60 m lk. N 45	16:05	Korkeus P2 M 55, 60
12:05	60 m lk. M 45	16:10	Painonheitto N 50, 55
12:10	60 m lk. N 40	16:15	1500 m N 30, 35, 40, 45
12:15	60 m lk. M 40	16:20	1500 m M 75+
12:20	60 m lk. N 35	16:25	1500 m M 65, 70
12:25	Pituus P2 M 65	16:30	Korkeus P1 M 75+
12:30	60 m lk. N 30	16:35	Painonheitto N 65+
12:35	60 m lk. M 35	16:40	1500 m M 55, 60
12:40	60 m lk. M 30	16:45	1500 m M 45, 50
12:45	Korkeus P1 M 45, 50	16:50	1500 m M 30, 35, 40
12:50	Kuula P1 N 45, 50, 55	16:55	4x300 m N 50, 55, 60+
12:55	3000 m kävely N30+	17:00	4x300 m N 30, 35, 40, 45
13:00	Pituus P1 N 30, 35, 40, 45, 50, 55	17:05	4x300 m M 70, 75, 80+
13:05	3000 m kävely M 65+	17:10	4x300 m M 50, 55, 60, 65
13:10	Pituus P2 M 80+	17:15	4x300 m M 30, 35, 40, 45
13:15	Seiväs M 30, 35, 40, 45	17:20	
13:20	Painonheitto N 30, 35, 40, 45	17:25	
13:25	Korkeus P2 M 65, 70	17:30	
13:30	3000 m kävely M 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60	17:35	
13:35	400 m M80, 85, 90	17:40	
13:40	400 m M 75	17:45	
13:45	400 m M 70	17:50	



# Aikataulu sunnuntai 18.3.2012

10:00	60 m aj. M 80, 85 Kuula P1 M 30,35, 40 Painonheitto M 80+	13:30	200 m M 35 Kolmiloikka P2 M 80+
10:05	60 m aj. N65, 60	13:35	200 m M 30 Kuula P1 M 55
10:20	60 m aj. M 70, 75	13:40	3-loikka P1 M 55, 60
10:25	60 m aj. N 50, 55 Seiväs N 30+	14:00	800 m N 60+
10:30	60 m aj. N 40, 45 3-loikka P1 M30, 35, 40	14:10	800 m N 45, 50, 55
10:40	60 m aj. N 30, 35	14:20	800 m N 30, 35, 40 Painonheitto M 50, 55
10:45	60 m aj. M 60	14:30	800 m M 75, 80, 85+
10:50	60 m aj. M 65 Painonheitto M 70, 75	14:35	Kuula P2 M 60
11:00	60 m aj. M 50 3-loikka P2 N 50+	14:40	800 m M 70
11:05	60 m aj. M 55	14:55	800 m M 65
11:20	60 m aj. M 45 Kuula P1 M 45	15:05	800 m M 60 Kuula P1 M 65
11:25	60 m aj. M 30, 35, 40	15:10	Seiväs M 70, 75, 80+
11:30	Kuula P2 M 80+	15:15	800 m M 55
11:40	200 m N 30, 35 Painonheitto M 30, 35, 40	15:25	800 m M 50
11:45	200 m N 40	15:30	3-loikka P1 M 65, 70, 75
11:50	200 m N 45	15:35	800 m M 45
11:55	200 m N 70+	15:45	Painonheitto M 60
12:00	200 m N 65 3-loikkaP1 M 45, 50	15:50	800 m M 30, 35, 40
12:10	200 m N 55, 60	16:30	3000 m N 30, 35, 40, 45, 50
12:15	200 m N 50	16:50	3000 m N 55+
12:20	3-loikka P2 N 30,35, 40, 45	17:10	3000 m M 65, 70, 75, 80+
12:30	Kuula P1 M 50	17:30	3000 m M 55, 60
12:35	200 m M 80, 85, 90	17:50	3000 m M 30, 35
12:40	200 m M 75	18:10	3000 m M 40, 45
12:45	200 m M 70 Seiväs M 60, 65 Painonheitto M 45, 65	18:30	3000 m M 50
12:50	200 m M 65 Kuula P2 M 70, 75		
12:55	200 m M 60		
13:05	200 m M 55		
13:15	200 m M 50		
13:20	200 m M 45		
13:25	200 m M 40		



# SM-hallit Tampere 17.3. – 18.3.2012

## Ohjeita kilpailijoille ja huoltajille

### Kilpailupaikka

Pirkkahalli (Tampereen messu- ja urheilukeskus), Ilmalankatu 20, 33900 Tampere

### Paikoitus

Pirkkahallin paikoitusalue on maksutta käytössä kisojen ajan. Hallin pääovien edessä olevalle aukiolle pysäköinti on kielletty ja maksaa suurella todennäköisyydellä parkkisakon verran.

### Kisakanslia

Kisakanslia sijaitsee Pirkkahallin A-hallin sisääntuloaulassa. Kanslia on avoinna seuraavasti:  
Perjantaina 16.3. klo 18:00-21:00 Lauantaina 17.3. klo 7:30-20:00 Sunnuntaina 18.3 klo 7:30-18:00

### Kilpailumateriaali

Kilpailijakohtaisen kilpailumateriaalin saa kilpailukansliasta.

### Osallistumisen varmistus

Osallistumisen varmistus tehdään kirjallisesti katsomon ylätasanteen ilmoitustaululla viimeistään 1,5 tuntia (90min) ennen aikatauluun merkittyä lajin alkamisaikaa. Poikkeuksena 60m juoksut niissä sarjoissa, joissa juostaan ilmoittautumisen perusteella alkuerät, varmistus on tehtävä lauantaina 17.3. klo 9:00 mennessä, jolloin tehdään tarvittavat eräjaot alkueriin tai suoraan loppukilpailuun.

### Kilpailunumerot

Kilpailijoilla on yksi henkilökohtainen kilpailunumero, jota käytetään rinnassa. Korkeushypyssä ja seipäässä numeron voi kiinnittää myös selkään. Kilpailunumerot jaetaan kilpailumateriaalin mukana. Kilpailunumeroita ei saa taittaa, eli kaikkien mainosten on oltava näkyvissä.

### Pukeutumistilat

Pirkkahallin sisäkäytävällä on kilpailijoille varatut pukuhuoneet. Järjestäjät eivät vastaa pukuhuoneisiin jätetyistä tavaroista.

### Veryttelyalueet

Veryttely suoritetaan ulkona. Hallin takasuoraa voidaan käyttää silloin kun ohjelmassa ei ole kiertäviä juoksuja. Hallin keskialueella ja etusuoralla veryttely on keielletty.

### Omien välineiden käyttö

Mahdolliset omat kuulat ja painot jätetään kilpailukansliaan tarkastusta varten, viimeistään tuntia ennen lajin alkua. Tarkastetut välineet viedään järjestäjien toimesta kilpailupaikalle.

### Kilpailijoiden kokoontuminen / Calling

Kokoontuminen sijaitsee 100m lähdön kohdalla. Juoksuissa kokoontuminen on 20 minuuttia ennen lajin alkua ja kentälajeissa 30 minuuttia ennen lajin alkua. Suorituspaikalle mennään johdetusti laji kerrallaan. Mikäli urheilijajalla on laji meneillään, hän voi siirtyä suoraan toiselle suorituspaikalle. Painonheittäjät kokoontuvat suoraan ulkona olevalle heittopaikalle, jossa suoritetaan osallistujien tarkistus 20 minuuttia ennen lajin alkua.

## **Lajien ohjeet:**

### **60m**

Juostaan alkuerät, mikäli osallistumisen varmistaneita urheilijoita on enemmän kuin yhdeksän (9). Finaaliin pääsee yhdeksän (9) juoksijaa, erien voittajat suoraan ja loput aikojen perusteella. Kaikki finaalit juostaan aikataulussa merkittynä ajankohtana.

### **Kaikki muut henkilökohtaiset juoksumatkat**

Kilpailut käydään suoraan loppukilpailuna, jolloin ajat ratkaisevat paremmuuden. Erät pyritään järjestämään käytettävissä olevien tilastojen perusteella siten, että parhaat juoksevat viimeisessä erässä.

### **200m / MM-kilpailujen viesti joukkueet**

MM-kilpailuissa juostaan 4x200m viestit kaikissa ikäsarjoissa. SVU:n joukkueenjohto kokoaa ja ilmoittaa viestijoukkueet. Viestijoukkueet kootaan seuraavien kriteerien pohjalta:

- viestijoukkue on yhtä kuin 7.4.2012 paras mahdollinen joukkue jokaisessa ikäsarjassa
- viestijoukkue kootaan neljästä parhaasta juoksijasta, varalle ilmoitetaan kaksi juoksijaa
- viestijoukkue kootaan ensisijaisesti SM-halleissa Tampereella 200 metrin kilpailun neljästä parhaasta juoksijasta kussakin ikäsarjassa
- jos et pääse SM-halleihin, sinulla tulee olla tammi-maaliskuulta 2012 virallinen 200 metrin tulos, jonka on oltava parempi kuin neljänneksi tulleen aika SM-halleissa päästäksesi joukkueeseen
- sinun tulee ilmoittautua ja osallistua johonkin yksittäislajiin MM-hallikilpailuissa
- SVU:n joukkueenjohto voi ottaa ylemmistä ikäsarjoista juoksijan, jos hänellä on parempi tulos ja jos hän ei juokse omassa ikäsarjassa

### **Rimalajit**

Korkeushypyssä riman korotukset tapahtuvat kolmen (3) sentin välein ja seiväshypyssä kymmenen (10) sentin välein. Kun urheilijoita on 4 tai vähemmän, korotetaan seipäessä rimaa viisi (5) senttiä. Mahdollisessa ensimmäistä sijaa koskevassa tasatilanteessa suoritetaan välittömästi uusinta kansainvälisten sääntöjen mukaisesti. Muista kun ensimmäisestä sijasta ei uusita.

### **Muut kenttälajit**

Jokaisella urheilijalla on kolme (3) suoritusta, jonka jälkeen kisaa jatkavat kolmen kierroksen tulosten perusteella kahdeksan (8) parasta urheilijaa käännettyssä suoritusjärjestyksessä

### **Kuulantyöntö**

A-paikka sijaitsee Pirkkahallin keskikentällä ja B-paikka Pirkkahallin B-hallissa.

### **Painonheitto**

Painonheitto suoritetaan ulkona, Pirkkahallin läheisyydessä olevalla heittopaikalla.

### **Viestit**

Viestijoukkueiden kokoonpanot ja juoksjärjestykset on ilmoitettava kirjallisesti kisakansliaan lauantaina 17.3. klo 16:00 mennessä.

### **Eräjaot ja tulokset**

Tulostaulu on Pirkkahallin sisäkäytävällä A ja B hallien välissä. Tulokset löytyvät myös internetissä osoitteessa [www.kuntopirkat.fi](http://www.kuntopirkat.fi)

### **Palkintojenjaot**

Lajijohtajat ohjaa kunkin lajin kolme parasta heti kisan loputtua palkintojenjakopaikalle. Juoksuissa palkinnot jaetaan välittömästi maaliintulon ja tulosten julkaisun jälkeen.

### **Protestit**

Mahdolliset protestit on tehtävä kirjallisesti 30 min kuluessa lajin tulosten valmistumisesta. Protesti jätetään kilpailukansliaan yhdessä 25 euron suuruisen protestimaksun kanssa. Summa palautetaan mikäli vastalause hyväksytään.

### **Ensiapu**

Ensiapupiste sijaitsee radan tasolla pääkatsomon keskellä olevassa aukossa. Ensiakuhenkilöstä kiertelee myös kilpailupaikoilla ja on tunnistettavissa hihanauhasta.

### **Oleskelu kentällä**

Kentällä saavat oleskella vain kilpailuvuorossa olevat kilpailijat.

### **Ruokailu ja kahvio**

Mahdollisuus ruokailuun Pirkkahallissa järjestetään, josta tiedotamme lähempänä kilpailujen ajankohtaa. Kahvio palvelee 100 metrin lähtöpaikan tuntumassa koko kisaviikonlopun.

### **Varustemyynti**

Viikonlopun ajan Sportmixterin myyntipiste palvelee A-hallin aulassa. Tuotevalikoimaan kuuluu erillaisia heittovälineitä, urheilutukia, teippejä, linimenttejä, urheilutekstiilejä, mittoja, piikkareita ja lenkkareita.

### **Tiedustelut:**

<b>Taisto Pietilä</b>	<b>040 5158 683</b>
<b>Kauko Höysniemi</b>	<b>045 1306 973</b>
<b>Anne Haanpää</b>	<b>040 5677 007</b>
<b>Tapio Lindroos</b>	<b>0500 773 023</b>

