

KISAINFO

saku

**SYYSKISAT**

**KOKKOLA**

**7-8.9.2024**

 **kpedu**

# O F E N N A S A K S

## KISAKANSLIA JA YHTEYSTIEDOT

Pe 6.9. klo 18.00-21.00  
La 7.9. klo 9.00-16.00  
Su 8.9. klo 9.30 -14.00

Sokos Hotel Kaarle, Kauppatori 4  
Kirkonmäen urheilukenttä, Ventuksentie 47  
Kirkonmäen urheilukenttä

**KISAKANSLIA 040 807 3611**



**Kilpailunjohtaja** Leila Keski-Oja 050 339 6519  
**Sihteeri** Titta Uunila 040 808 5531



**Saku ry** Miia Uskalinmäki 040 767 2799



**Ensiapu** Mikko Österberg 040 807 3622

## ETÄISYYDET

Sokos Hotel Kaarle - Kirkonmäen urheilukenttä	3,0 km
Sokos Hotel Kaarle - Leirintäalue	2,7 km
Sokos Hotel Kaarle - Laajalahti	9,3 km
Sokos Hotel Kaarle - Ammattikampus	1,5 km
Kirkonmäen urheilukenttä - Laajalahti	9,4 km
Kirkonmäen urheilukenttä - Leirintäalue	4,4 km
Kirkonmäen urheilukenttä - Ammattikampus	3,5 km
Leirintäalue - Ammattikampus	4,2 km

## LAJIVASTAAVAT



**YLEISURHEILU**  
Veli-Matti Nieminen  
040 808 5076  
Kaisa Honkaharju  
044 500 4017



**SAAPPAANHEITTO**  
Leena Hietalahti  
044 7250156



**PESÄPALLO**  
Aija Jylhä  
044 079 7601



**MAASTOJUOKSU**  
Oili Flinck  
040 807 3526



**FRISBEEGOLF**  
Jussi Ala-Mommo  
040 807 3636



**PETANKKI**  
Pasi Herronen  
040 572 6227



**BEACH VOLLEY**  
Pasi Kleimola  
040 808 5067

## LÄMPIMÄSTI TERVETULOAA KOKKOLAAN

Me olemme vajaan 50 000 asukkaan kaupunki ja Keski-Pohjanmaan maakuntakeskus, Ruotsin kuninkaan perustama kaksikielinen kaupunki. Kokkola viettää 404:ttä syntymäpäiväänsä 7.9.2024, eli samana päivänä, kun te, arvoisat SAKUlaiset kokoonnutte Kokkolaan viettämään tunnelmallisia syyspäiviä. Monestakin syystä on siis aihetta juhlaan!

Kokkola katsoo rohkeasti tulevaisuuteen. Meidät tunnetaan valtakunnallisesti Suomen vientirannikkona, onhan elinkeinoelämämme perustana kemianteollisuus, veneteollisuus, kaupan ala sekä vankka alkutalouden tuotanto. Kokkolassa on monipuoliset elinkeinoelämän tarpeita mukailevat koulutusmahdollisuudet. Varhaiskasvatus- ja opetuspalveluita meillä tarjotaan uusissa, ajanmukaisissa tiloissa ja asumiseen on tarjolla laaja kattaus vaihtoehtoja kaupunkikeskustasta merellisiin maisemiin ja luonnon rauhaan.

Kokkolassa tapahtuu! Kulttuuri- ja liikunta-tapahtumia riittää vuoden ympäri ja uusia harrastus- ja tapahtumatiloja on tarjolla joka makuun ja mieltymykseen. Meri on muovannut meistä kokkolalaisista sitoutuneita ja yritteliäitä ja luonto on Kokkolassa aina läsnä. Kokkolan kansallinen kaupunkipuisto ilmentää merellisyyttä, maankohoamista ja kaupunkirakentamisen kerrostuneisuutta. Suosittelemme tutustumaan lyhyenkin vierailun aikana.

Vielä kerran: lämpimästi tervetuloa vierailemaan ja viihtymään Kokkolassa. Toivottavasti tapaamme toistekin!



STINA MATTILA  
kaupunginjohtaja  
Kokkolan kaupunki

## TERVETULOAA KESKI-POHJANMAALLE

Liikunta edistää hyvinvointia ja positiivista mielialaa. Kpedulla on hyvä meininki tulevien syyskisojen järjestelyissä. Meillä on monia aktiivisia osallistujia SAKUn eri kilpailuihin, liikumme ja osallistumme ympäri Suomea eri tapahtumiin kaikkina vuodenaikoina. Kokkola on matkaetäisyyksien suhteen puolesta matkassa eri suuntiin. Hyvä logistinen saavutettavuus antaa kaikille tahoille hyvät mahdollisuudet osallistua syyskilpailuihin. Järjestelytyömiin on rekrytoitu iso joukko aktiivisia Kpedulaisia. Monilla meistä on kokemusta aiemmista kisoista oman osallistumisen kautta sekä myös erilaisten kilpailujen järjestämisestä. Kokkolalla ja Kpedulla on erittäin hieno ja tärkeä tilaisuus toimia isäntäpaikkakuntana syksyn kisoille.

Viime syksynä Espoon kisoista jäi mielenkin kokemus. Paluumatkalla aloimme jo ideoimaan näitä tulevia kilpailuja. Lajeja on tarjolla monipuolisesti. Osallistua voi jokainen omalla tavallaan, toiset harjoitellen ja tiukasti kilpaillen, toinen taas vaikka uutta lajia kokeillen. Aktiivisuus ja into harrastaa liikuntaa saavat varmasti lisäsysäyksen kisoihin osallistumisesta. Monilla osallistujilla on kokemusta aiempiin kisoihin osallistumisesta. Tunneimme toisemme laajentuvasta ja aktiivisesta SAKU-toiminnan verkostostakin.

Haluamme tarjota kaikille osallistujille hienot kilpailut, monipuolisen ohjelman ja myös tutustumista Keski-Pohjanmaahan ja Kokkolaan. Tervetuloa SAKUn syyskisoihin!"

Kilpailujen suorituspaikkojen valmistelu ja aikatauluvaraukset aloitettiin heti viime vuonna kisojen järjestämisvastuun selvittyä. Kisaohjelmaa, muuta ohjelmaa ja tapahtumia sekä majoitusta on alettu valmistelemaan hyvissä ajoin.

ARI MAUNUKSELA  
yhtymäjohtaja  
KPEDU



## RUOKAILUT

Ruokailut löytyvät KPEDU ammattikampukselta, Närvilänkatu 8, Kokkola. Ennakkoon tilatut ruoka- ja iltaliput lunastetaan kisakansliasta. Lounaiden ja iltajuhlan sitovat varaukset ilmoittautumisen yhteydessä. Näin varmistetaan, että ruoka riittää kaikille. Erityisruokavaliot ilmoitettava ilmoittautumisen yhteydessä. Huom! Vain korttimaksu.

**Lounas** la klo 11.00-14.30  
su klo 11.00-14.00

Hinta 12,50 €

### LAUANTAI

Broilerijuustokeitto  
Salaatit  
Leipä  
Maito, kotikalja, vesi  
Marjarahka  
Kahvi

### SUNNUNTAI

Jauhelihakiusaus  
Salaatit  
Leipä  
Maito, kotikalja, vesi  
Omenapaistos ja vaniljakastike  
Kahvi

## ILTAJUHLA

Iltajuhla KPEDU Ammattikampus, Närvilänkatu 8, Kokkola  
Lauantaina klo 19.00-  
Hinta Iltajuhla 35 € /hlö

Tilaisuudessa mahdollisuus ostaa olutta ja viiniä. Ohjelmassa livemusiikkia ja karaoke. Esiintyjänä Voice of Finland -voittaja vuodelta 2019 Markus Salo.

# MENU

## SAKU-ILLALLINEN



*possun ulkofilettä  
kermaperunat  
pippurikermakastike  
säräkasvikset  
salaattipöytä*

*kahvi ja leivos*

## LAJIT

### BEACH VOLLEY



#### Pelipaikka

Kokkolan leirintäalue,  
Vanhansatamanlahdentie 20

#### Säännöt

Joukkueilla tulee olla omat pallot mukana. Turnaus pelataan kahdesta voittoerästä. Erät 21 pisteeseen. Erävoitto kahden pisteen erolla. Kenttäpuolia vaihdetaan seitsemän pisteen välein. Erätilanteessa 1-1 pelataan kolmas erä 15 pisteeseen. Palloa ei saa lyödä sormilyönnillä verkon yli. Kilpa- ja sekarjassa ensimmäisen ja viimeisen kosketuksen on oltava kova.

#### Lajivastaava

Pasi Kleimola  
040 8085067

### FRISBEGOLF



#### Kisapaikka

Laajalahti, Hietanokantie

#### Sarjat

Naiset  
Miehet  
Joukkue naiset (2 hlöä)  
Joukkue miehet (2 hlöä)

#### Ohjeet

Omat kiekot mukaan. Joukkuekisassa pelimuotona Best shot.  
Ilmoittautuminen: [Yksilökisa](#) [Parikisa](#)  
[Tutustu rataan](#)

#### Lajivastaava

Jussi Ala-Mommo  
040 8073636

### PETANKKI



#### Pelipaikka

Kirkonmäen urheilukenttä,  
Ventuksentie 47

#### Ohjeet

Kolmihenkinen joukkue, joka voi olla nais-, mies- tai sekajoukkue. Joukkueeseen saa nimetä 3-4 kilpailijaa. Alkuerät lauantaina ja sijoituspelit sunnuntaina. Omat kuulat mukaan.

#### Lajivastaava

Pasi Herronen  
040 5726277

### PESÄPALLO



#### Pelipaikka

Kirkonmäen jalkapallokenttä,  
Ventuksentie 57

#### Säännöt

Sekajoukkue (jos ei saa omaa niin voi kerätä Sakun joukkueen) Kokoonpanossa pitää olla vähintään kolme naista. Kokonaispelaajamäärä 9-12. Peli-aika 40 min. Tasavuorot. Naisten rajat ja pallo. Kypäräpakko.

#### Lajivastaava

Aija Jylhä  
044 0797601

### SAAPPAANHEITTO



#### Kisapaikka

Kirkonmäen urheilukenttä,  
Ventuksentie 47

#### Säännöt

Jokaisella kilpailijalla on käytössä neljä heittoa. Pisin heitto mitataan.

Heittoväline naisilla 38-numeroinen kumisaapas ja miehillä 43-numeroinen saapas.

#### Lajivastaava

Leena Hietalahti  
044 7250156

### YLEISURHEILU, MAASTOJUOKSU JA SAKU-COOPER



#### Kisapaikka

Kirkonmäen urheilukenttä,  
Ventuksentie 47

#### Lajit

Yleisurheilu  
100m, 800m, SAKU-cooper, 4x100m, korkeus, kiekko, pituus, kuula ja painonheitto

Maastajuoksu  
naiset 3 km ja miehet 4 km

#### Ohjeet

Kenttälajeissa (keihäs, kiekko, kuula, painonheitto ja pituus) kilpailijalla on neljä suoritusta. 4x100m viesteihin ilmoittautuminen kisakansliaan lauantaina klo 14:ään mennessä. Puku-huoneet löytyvät Kirkonmäen kentän läheisyydestä. Siellä palvelee myös info ja kioski.

#### Lajivastaavat

Kaisa Honkaharju 040 807 3572  
Veli-Matti Nieminen 040 808 5076

### LISÄTIETOJA SÄÄNNÖISTÄ

[https://sakury.net/sites/default/files/sisalto/liikunta/liikunnan\\_kilpailusaannot\\_2023-2024\\_0.pdf](https://sakury.net/sites/default/files/sisalto/liikunta/liikunnan_kilpailusaannot_2023-2024_0.pdf)

### KIOSKI PALVELEE KIRKONMÄEN KENTÄLLÄ SYYSKISOJEN AJAN!

# OHJELMA



## LAUANTAI 7.9.

KLO	LAJI	SARJAT	PAIKKA
9.30	Maastajuoksu	kaikki sarjat	Kirkonmäen urheilukenttä
10.30	Kilpailujen avaus		Kirkonmäen urheilukenttä
10.45	N 100m	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
11.00	M 100m	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
11.00	N kuula	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
11.15	M keihäs	yl, 40	Kirkonmäen urheilukenttä
11.30	M pituus	50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
11.50	PALKINTOJENJAKO	Maastajuoksu, N ja M 100m	Kirkonmäen urheilukenttä
12.00	M keihäs	50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
12.00	N korkeus	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
12.00	M pituus	yl, 40	Kirkonmäen urheilukenttä
13.00	M kuula	50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
13.00	N keihäs	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
13.15	PALKINTOJENJAKO	N kuula, M keihäs, N korkeus, M pituus	Kirkonmäen urheilukenttä
13.30	M 800m	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
13.45	N 800m	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
14.00	M kuula	yl, 40	Kirkonmäen urheilukenttä
15.00	PALKINTOJENJAKO	N keihäs, N ja M 800 m, M pituus, M kuula, painonheitto	Kirkonmäen urheilukenttä
10.00	Beach volley		Kokkolan leirintäalue
10.00	Petankki		Kirkonmäen urheilukenttä
10.00	Pesäpallo		Kirkonmäen jalkapallokenttä
11-13.30	Painonheitto nonstop		Kirkonmäen urheilukenttä
13.00-16.00	Frisbeegolf	yksilökisa	Laajalahti
13-16.00	Sprinttisuunnitus		KPEDU ammattikampus
19.00	Iltajuhla		KPEDU ammattikampus



## SUNNUNTAI 8.9.

KLO	LAJI	SARJAT	PAIKKA
10.00	N pituus	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
10:00	M kiekko	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
10:45	M korkeus	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
11.15	N kiekko	yl, 40, 50, 60	Kirkonmäen urheilukenttä
11.45	M 4x100m		Kirkonmäen urheilukenttä
12.00	N 4x100m		Kirkonmäen urheilukenttä
12.15	PALKINTOJENJAKO	N pituus, M korkeus, N kiekko, viestit	Kirkonmäen urheilukenttä
12.45	SAKU-cooper	kaikki sarjat	Kirkonmäen urheilukenttä
10.00	Petankki		Kirkonmäen urheilukenttä
10-13.00	Frisbeegolf	parikisa	Laajalahti
10.00	Beach volley	seksarja	Leirintäalue
11-13.00	Saappaanheitto		Kirkonmäen urheilukenttä
13.15	PALKINTOJENJAKO	M kiekko, petankki, cooper	Kirkonmäen urheilukenttä



## OPASKARTAT



- 1 PETANKKI 2 KUULANTYÖNTÖ 3 KEIHÄÄNHEITTO 4 KIEKONHEITTO  
5 PAINONHEITTO 6 PITUUSHYPPY 7 SAAPPAANHEITTO 8 KORKEUSHYPPY  
9 MAASTOJUOKSU (lähtö ja maali radalta) 10 JUOKSULAJIT  
11 KISAKANSLIA, PUKUHUONEET 12 KIOSKI



# KPEDU KOULUTTAA NUORET JA AIKUISET

Keski-Pohjanmaan ammattiopisto

[www.kpedu.fi](http://www.kpedu.fi), [hakijapalvelut@kpedu.fi](mailto:hakijapalvelut@kpedu.fi), 040 808 5010

