



# Nurmijärven YLEISURHEILU

Nurmijärven Yleisurheilu ry:n tiedotuslehti

28.3.2015

N:o 27

## Kylis

**Yleisurheilukoulu leviää  
Nurmijärven kylille.  
Kesällä 2015 mukana Röykkä,  
Lepsämä, Palojoki ja Rajamäki  
Lue lisää sivulta 4**



## Hippokisat

**tiistaina 19.5.2015  
Klaukkalan kentällä  
Kilpailukutsu sivulla 6**



## Nuorten Eliittikisat

**keskiviikkona 10.6.2015 klo 16.30  
Klaukkalan kentällä  
Tule katsomaan,  
kun Tokion vuoden 2020  
olympialaisten nuoret  
suomalaistähdet  
kilpailevat.**



## Kunniakierros

**tiistaina 12.5.2015  
Klaukkalan kentällä  
Osallistu ja tue NYU:n  
nuorisotoimintaa  
Lue lisää sivulta 10**



## Tässä lehdessä mm.

Palkint juhlaa kauden  
päättäjäisissä

S. 3

Tiina Rinnekari  
heitti SM-pronssille

S. 6

Kovaa menoa seuraleirillä  
Pajulahdessa

S. 11

Viikkokisat 2015

S. 4

Kilpailukalenteri 2015

S. 8

Nurmijärven Yleisurheilun  
seuraennätykset

S. 12

Kesän urheilukoulut

S. 5

Oskari Lehtonen  
Kupittaaan kunkkuna

S. 9

[www.nurmijarvenyleisurheilu.fi](http://www.nurmijarvenyleisurheilu.fi)

# Puheenjohtajan palsta

## Edessä vilkas kevät ja kesä

Kevät on jo paljastanut lenkipolut ja urheilukentät. Yleisurheilijoiden pitkäkö sisäkausi päättyy. Harjoitus- ja kilpailutoiminta siirtyy taas ulkoilmaan.

Tänä vuonna on seuran toiminnassa perinteisen ohjelman lisäksi pari uutta mielenkiintoista tapahtumaa.

Pyrimme viemään yleisurheilun lasten lähelle. Viemme yleisurheilukoulut Klaukkalan kentän ja Parkkimäen lisäksi Nurmijärven kyliin. Kyseessä on eräänlainen pop-up -urheilukoulu. Välineet tulevat peräkärjellä paikalle. Haluamme tarjota vaivattoman ja edullisen tavan tutustua yleisurheiluun ja harrastaa liikuntaa. Tämä on seuran puolelta myös kokeilu, jonka tietysti toivomme onnistuvan ja tuovan toimintaan lisää harrastajia.

Elokuussa järjestämme yhdessä Nurmijärven kunnan kanssa uutena tapahtumana hyväntekeväisyysjuoksun. Juoksu on nimetty Pekingin olympialaisten 800 metrin voittajan, kenialaisen Wilfrid Bungein mukaan. Hän on itse tulossa paikalle ja mukaan saadaan myös nykyinen huippujuoksija Keniasta. Tilaisuuteen kutsutaan myös joukko yhteiskunnallisia vaikuttajia ja urheiluelämän tuttuja kasvoja. Mikäli kaikki onnistuu, tästä voidaan tehdä vuosittainen tapahtuma.

Loppukevään ja alkukesän aikana mitataan seuran kyky järjestää tapahtumia. Ensin on perinteinen varainhankintatapahtuma Kunniakierros. Sitten järjestämme huippusuositut lasten Hippo-kisat. Sen jälkeen on vuorossa pm-junnuviestit. Sarjan huipentaa järjestämisvastuun näkökulmasta suurin ja näyttävin tapahtuma pariin vuoteen: televisioitavat Nuorten eliittikisat.



Näiden ja monien muiden tapahtumien onnistuminen edellyttää erittäin monen, jopa satojen henkilöiden työpanosta. Tulemme kutsumaan kaikkia nuorten ja lasten vanhempia mukaan tekemään näistä tapahtumista onnistuneita ja ikimuistoisia kokemuksia.

Talkootyö on kivaa ja palkitsevaa siihen osallistuville. Yleisurheilu on hyvän mielen urheilua. Seuran yhtenä tämän vuoden painopisteenä on kehittää osallistamista siten, että kukin voi tuoda panoksensa toimintaan hyvin mielin.

Seurassa pohditaan myös valmennustoiminnan kehittämistä, erityisesti nivelvaihetta urheilukoulutoiminnasta määrätietoisempaan valmentautumiseen. Seura pyrkii tarjoamaan nuorille riittävät puitteet kehittyä ja edetä niin pitkälle kuin rahkeet riittävät. Samalla haluamme kehittää valmennusryhmiä sellaisiksi, että niissä harjoittelu ja kilpaileminen on laadukasta, mielekästä ja kannustavaa.

Tehdään yhdessä alkavasta kaudesta iloinen ja onnistunut.

*Jukka Leskelä  
puheenjohtaja  
Nurmijärven  
Yleisurheilu ry*

# Nurmijärven Yleisurheilu ry

[www.nyu.fi](http://www.nyu.fi) [nurmijarvenyleisurheilu@nurmijarvenyleisurheilu.fi](mailto:nurmijarvenyleisurheilu@nurmijarvenyleisurheilu.fi)

## Johtokunta 2015

**Jukka Leskelä**, puheenjohtaja  
**Merja Asikainen**, vpj., kioskitoiminta, tiedotus  
**Ari Ketomäki**, nuorisotoiminta, aikuisurheilu  
**Lassi Korhonen**, valmennus, seuralehti  
**Lauri Laine**, kilpailut, kunniakierros  
**Tapani Markkula**, kirjanpito, maksut, jäsenrekisteri  
**Elina Paananen**  
**Roope Pajasmaa**, sihteeri  
**Päivi Puhakka**  
**Mikko Pöllänen**  
**Maarit Vaittinen**

050 593 7233  
 040 513 8604  
 040 500 9312  
 040 709 6037  
 050 386 2217  
 045 208 6121  
 040 563 6864  
 050 365 8351  
 040 561 5306  
 044 598 2220  
 040 703 8828

[jukka.leskela@energia.fi](mailto:jukka.leskela@energia.fi)  
[merja.asikainen@kolumbus.fi](mailto:merja.asikainen@kolumbus.fi)  
[perhe.ketomaki@gmail.com](mailto:perhe.ketomaki@gmail.com)  
[lassi.korhonen@sul.fi](mailto:lassi.korhonen@sul.fi)  
[lauri.laine74@gmail.com](mailto:lauri.laine74@gmail.com)  
[tapani.markkula@kolumbus.fi](mailto:tapani.markkula@kolumbus.fi)  
[elinavoittaja@hotmail.com](mailto:elinavoittaja@hotmail.com)  
[roope.pajasmaa@kolumbus.fi](mailto:roope.pajasmaa@kolumbus.fi)  
[paivi.m.puhakka@gmail.com](mailto:paivi.m.puhakka@gmail.com)  
[mikko.pollanen@hotmail.fi](mailto:mikko.pollanen@hotmail.fi)  
[maarit.andersson@hotmail.fi](mailto:maarit.andersson@hotmail.fi)

## Muut toimihenkilöt 2015

**Ilkka Hemmilä**, tilastomies  
**Markus Pohjonen**, ranking

050 569 3142  
 040 759 2192

[ilkka.hemmila@kolumbus.fi](mailto:ilkka.hemmila@kolumbus.fi)  
[markus.pohjonen@gmail.com](mailto:markus.pohjonen@gmail.com)

## Liity jäseneksi:

Nurmijärven Yleisurheilun jäseneksi liittyminen on helppoa ja edullista. Täytä seuran nettisivuilla [www.nyu.fi/seura](http://www.nyu.fi/seura) oleva jäsenhakemus, niin asia on hoidettu.

Jäsenmaksuhinnat vuonna 2015 ovat: Aikuiset (1998 ja aiemmin syntyneet) 20 €, lapset ja nuoret (1999 ja myöhemmin syntyneet) 10 € sekä perheet 40 €.

Tiedusteluihin vastaavat Tapani Markkula 045 208 6121, [tapani.markkula@kolumbus.fi](mailto:tapani.markkula@kolumbus.fi).

Huomioithan, että urheilukouluryhmiin ilmoittautumalla lapsi / nuori ilmoittautuu samalla seuran jäseneksi. Muiden perheenjäsenten on liityttävä yllä mainitulla tavalla.

**Tule mukaan iloiseen yleisurheiluperheeseen!**



**Nurmijärven  
YLEISURHEILU**

**Julkaisija:**  
Nurmijärven Yleisurheilu ry

**Päätoimittaja:**  
Ari Helminen

**Vastaava toimittaja:**  
Lassi Korhonen

**Toimituskunta:**  
Juha Huppunen, Ari Ketomäki,  
Lauri Laine, Elina Paananen

**Kuvat:**  
Tuuli Andersson, Marko Heiskanen,  
Ilkka Hemmilä, Lassi Korhonen,  
Carita Nurminen

**Sivunvalmistus:**  
Studio Ink Oy / Ari Helminen

**Painos:** 17 000 kpl

**Painopaikka:** Salon Lehtitehdas Oy 2015

**Ilmoitusmarkkinointi:**  
Studio Ink Oy / Marja-Liisa Louhio

# Palkintojuhlaa kauden päättäjäsissä

NYU:n kauden 2014 päättäjäsia vietettiin Perttulan Rientolassa marraskuun lopulla. Seuraavassa yhteenveto tilaisuudessa palkituista.

Juhlissa palkittiin mm. viikkokisoissa aktiivisesti kilpailleet, seuramestaruuscupin parhaat, NYU:n perinteisessä Rankingissa menestyneet, ikäluokkien parhaat ja muut vuoden aikana ansioituneet urheilijat ja seuran toimijat.

## Parhaat 2014



Vuoden poikaurheilija	Oliver Alakörkkö
Vuoden tyttöurheilija	Kati Rinnekari
Vuoden tsemppari	Markus Mero
Vuoden tulokas	Vilja Pispala
Vuoden kehittyjä	Essi Kärhä
Vuoden urheilija	Heli Rinnekari
Vuoden valmentaja	Lassi Korhonen
Vuoden toimitsija	Päivi Järveläinen
Kunniakierrospalkinto	Paavo Teräväinen
Vuoden urheiluteko	Oskari Lehtonen
B-pikari (nro 19)	Pinja Porokari (N400 m - B-luokka)

## Sarjojen parhaat urheilijat



P9	Jami Saari	T13	Erin Karjalahti
P10	Leevi Leskelä	T14	Liina Ylikotila
P11	Aku Rissanen	T15	Kati Rinnekari
P12	Matias Ketomäki	N17	Pinja Porokari
P13	Kimi Rinnekari	N19	Tiina Rinnekari
P14	Oliver Alakörkkö	N22	Heli Rinnekari
T9	Oona Ketomäki	M17	Oskari Lehtonen
T10	Inkaliina Nurminen	M19	ei palkittavaa
T11	Suvi Porokari	M22	Severi Aalto
T12	Jemina Saari	M/N	ei palkittavia

## Viikkokisojen aktiivisuudesta palkitut:



5 kertaa osallistuneet: T7 Pihla Jaakola-Siimes, Viiviliina Nurminen, T8 Annina Huovila, Siiri Eklund, Sara Parviainen, Charlotte Kajander, P9 Juho Rantala, Jami Saari, P10 Leevi Leskelä, T10 Aino Kokko, Inkaliina Nurminen, T11 Suvi Rantala, Vilja Pispala, Suvi Porokari, T12 Jemina Saari.

4 kertaa osallistuneet: P7 Martti Rekola, T7 Kaisla Jaakola-Siimes, Anni Murole, P8 Kasper Kempainen, Leevi Leskinen, Samuli Seppälä, Luukas Lahti, T8 Emma Lehtonen, Sanni Lehtonen, Pinja Kylmänen, P9 Rolf Vuorinen, T9 Oona Ketomäki, P10 Kasper Seppälä, Justus Kankaanpää, T10 Kerttu Kilpeläinen, Heidi Lindholm, Minna Kajolinna, Jenni Kotamäki, Nette-Nina Hiltunen, T11 Adele Vuorinen, P12 Matias Ketomäki, T12 Nea Kylmänen

## Ranking 2014



1.	Oliver Alakörkkö	168	11.	Toni Rinnekari	42
2.	Kati Rinnekari	166	12.	Simo Kauppila	40
3.	Jami Saari	98	13.	Essi Kärhä	39
4.	Kimi Rinnekari	87	13.	Eemil Laine	39
5.	Markus Mero	64	13.	Oona Ketomäki	39
6.	Jemina Saari	62	16.	Suvi Porokari	37
7.	Leevi Leskelä	57	17.	Nea Kylmänen	35
8.	Rasmus Puhakka	56	18.	Aapo Virolainen	34
9.	Matias Meriläinen	55	19.	Emil Henriksen	34
10.	Matias Ketomäki	44	20.	Niklas Orjala	32

## Seuranmestaruus-cupin lopputulokset 2014

T7		
1	Sarla Kakkola	41
1	Viiviliina Nurminen	41
3	Liina Forsström	30
4	Milla Pihlava	17
5	Anni Murole	12
6	Wilma Niva	6
7	Minni Tuppur	6
8	Oona Korhonen	5
9	Jesmin Veijalainen	4
10	Pihla Jaakola-Siimes	2
11	Ferin Forssten	2
12	Minja Tenhunen	1

T8		
1	Charlotte Kajander	45
2	Emma Lehtonen	24
3	Sanni Lehtonen	22
3	Sara Parviainen	22
5	Siiri Eklund	18
6	Pinja Kylmänen	14
7	Jenna Salmi	5

T9		
1	Anniina Forsström	51
2	Oona Ketomäki	35
3	Vaula Pispala	30
4	Thea Kolu	15

T10		
1	Inkaliina Nurminen	43
2	Nette-Nina Hiltunen	32
3	Kerttu Kilpeläinen	28
4	Senni Hulmi	24
5	Inka Tarhonen	10
6	Jenni Kotamäki	7
7	Salla Hyvönen	3
8	Aada torkki	2

T11		
1	Kajsa Henriksen	34
2	Vilja Pispala	33
3	Suvi Porokari	26
4	Suvi Rantala	20
5	Elina Kettinen	19
6	Riikka Jouppila	8
7	Adele Vuorinen	5
8	Elga Karjalahti	2

T12		
1	Jemina Saari	47
2	Janette Lohilahti	38
3	Nea Kylmänen	35
4	Essi Kärhä	10
5	Tilda Nieminen	2
6	Pihla Suominen	1
7	Viivi Holmberg	1



T13					
1	Erin Karjalahti	30	P10	Niklas Orjala	40
			2	Leevi Leskelä	34
			3	Eemil Laine	30
			4	Samuli Heiskanen	23
			5	Toni Rinnekari	20
			6	Justus Kankaanpää	14
			7	Otto Salomäki	5
			8	Arvi Liljaniemi	3
			9	Markus Lahtinen	1

T15			
1	Kati Rinnekari	50	

P7			
1	Elmeri Pajasmaa	45	
2	Joona Paananen	17	
3	Eino Erkkilä	10	
3	Aleksi Sovijärvi	10	
4	Riku Korhonen	7	

P8			
1	Eero Laine	42	
2	Luukas Samuel Lahti	30	
3	Jerkko Veijalainen	21	
3	Kasper Kempainen	21	
5	Oskari Huppunen	10	
6	Timi Heikkola	8	
7	Tuomas Teimonen	7	
8	Jere Reinikainen	6	
9	Juho Auranen	5	
10	Leevi Leskinen	4	

P11			
1	Samu Käyhty	38	
2	Eemil Pellonperä	33	
3	Aku Rissanen	30	
4	Sauli Morkkila	10	
5	Eemeli Roivainen	10	
6	Oskari Hokka	7	
7	Aleksi Hämäläinen	5	

P12			
1	Matias Ketomäki	50	

P13			
1	Markus Mero	52	
2	Emil Henriksen	43	
3	Kimi Rinnekari	37	

P15			
1	Aapo Virolainen	14	
2	Matias Meriläinen	10	
2	Oliver Alakörkkö	10	

# Kylis – yleisurheilua kylien kentillä

Nurmijärven Yleisurheilu järjestää kesällä yleisurheilukoulun neljällä kylällä koulujen kentällä. Kyläyleisurheilukoulu "Kylis" on uusi tapa tuoda yleisurheilua tutuksi 7-12 vuotiaille lapsille myös suurimpien taajami- en ulkopuolella. Kylixessä lapset pääsevät iloisten ja ammattitaitoisten ohjaajien parissa harjoittelemaan yleisurheilun kaikkia lajeja aina korkeushypystä keihäänheittoon.

Kylixen ohjaajat tuovat tarvittavat välineet paikan päälle peräkärryllä. Kylis toimii kesän aikana kolme viikkoa, kolme kertaa viikossa aamu- ja iltapäivinä. Lisäksi kesän lopussa järjestetään Kyliskisat, jotka käydään Klaukkalan urheilukentällä 4.8 klo.18.00. Kisoissa vanhemmat toimivat toimitsijoina. Valittavana on 3 henkilökohtaista lajia omassa ikäsarjassa ja lisäksi paremmuudesta kisataan kylien välisessä sukkulaviestissä. Klaukkalan urheilukoulu muodostavat oman joukkueen Kyliskisoihin.



Kisojen päätteeksi Kylixen osallistujille jaetaan diplomit.

## Kylät ympäri kuntaa

Kylixessä lapsilla on yleisurheilun lisäksi mahdollisuus löytää uusia ystäviä ja iloa liikunnasta. Kyliä valittiin ympäri kuntaa, ajatellen että näistä kylistä liikkuminen Klaukkalan kentälle on haastavinta. Kesällä tuommekin yleisurheilukoulun lähelle lapsia. Kyliksi valittiin Palojoki, Lepsämä, Röykkä ja Rajamäki. Kun näihin kyliin löytyy innokkaita yleisurheilijoita, järjestetään kyseisellä kylän koululla myös talvikautena yleisurheilukoulu. Ohjaajat käyvät kevään aikana kouluilla tutustumiskäynnillä järjestämässä lapsille mahdollisuuden kokeilla mitä Kylixessä tehdään. Lapset saavat kotiin viemiseksi Kylis-mainoksen ja seuralehden.

## Kylis-aikataulu (viikoilla 25-27):

Palojoki	ma, to, pe klo 9-11
Lepsämä	ti klo 9-11, ke klo 15-17, pe klo 13-15
Röykkä	ma klo 13-15, ti, ke klo 12-14
Rajamäki	ti klo 15-17, ke klo 9-11, to klo 13-15

## Ilmoittaudu mukaan

Kylixen ohjaajina toimivat Nurmijärven Yleisurheilun koulutetut ohjaajat Elina Paananen ja Juha-Pekka Huppunen. Voit ilmoittautua mukaan Kylixeseen seuran nettisivujen kautta [www.nyu.fi](http://www.nyu.fi).

Seuran jäsenille hinta on 40€ ja ei-jäsenille 60€. Hinta sisältää 9 Kylis-kertaa kolmen viikon aikana, T-paidan, kisapäivän, vakuutuksen ja diplomin. Jos loman vuoksi ei pysty osallistumaan kolmena viikkona on mahdollisuus valita yhden viikon Kylis hintaan 20€ jäsenille, 30€ ei-jäsenille. Viikkohinta ei sisällä T-paitaa, mutta antaa mahdollisuuden osallistua Kylis-kisoihin.

*Tervetuloa yleisurheilemaan mukavien ohjaajien kanssa kesällä Kylixeseen!*



Juha-Pekka Huppunen tykkää vauhdikkaasta toiminnasta ja energisyydestä. Hän on harrastanut yleisurheilua 10 vuotta ja omaa vankan kokemuksen yleisurheiluohjaamisesta kaikissa lajeissa. Aloittaa kesällä lajikoulu Klaukkalan kentällä. Juhoksen tavoitteena kylixessä on saada kaikki yrittämään parhaansa. Lempilajit pika- ja aitajuoksu sekä pituushyppy.



**bayvantic® vet**

[www.bayvantic.fi](http://www.bayvantic.fi)

## Torjuu punkit, hyttysset ja pistokärpäset

Ulkoloisten karkotukseen tarkoitettu Bayvantic sisältää kahta vaikuttavaa ainetta, jotka voimistavat toistensa vaikutusta ja aikaansaavat erittäin voimakkaan karkottavan vaikutuksen. Bayvantic tehoaa puutiaisten lisäksi myös hyttysiin, pistokärpäsiin, hietasääskiin, kirppuihin ja väiveisiin. Neljä eri pakkauskokoa takaa tarkan annostelun kaiken kokoisille koirille.

**Vaikuttavat aineet:** Imidaklopridi ja permetriini. **Lääkemuoto:** Paikallisvaleyliuos. **Kohde-eläinlaji:** Koira. **Käyttöaiheet:** Akarisidinen ja karkottava vaikutus puutiaisia vastaan. Karkottaa hyttysset, hietasääsket sekä pistokärpäset. Kirppu- ja väivetartuntojen hoitoon. **Vasta-aiheet:** Ei alle 7 viikon ikäisille tai alle 1,5 kg:n painoisille koiranpennuille. Ei kissoille. **Haittavaikutukset:** Harvinaisissa tapauksissa voi ilmetä ohimeneviä iho-oireita, väsymystä, käyttäytymismuutoksia, maha-suolisto-oireita tai hermostoperäisiä oireita. **Varoitus:** Kissojen altistumisen estämiseksi tulee valmistella käsitellyt koirat pitää erossa kissoista, kunnes annostelu on kuiva. Pipetin sisältöä ei saa joutua koiran suuhun tai silmiin. Koira ei tule päästää uimaan, ennen kuin annostelusta on kulunut 48 tuntia. **Pakkaukset:** Bayvantic Vet koirille < 4 kg 4 x 0,4 ml, > 4-10 kg 4 x 1,0 ml, > 10-25 kg 4 x 2,5 ml, > 25-40 kg 4 x 4,0 ml. **Lue pakkausseloste ennen käyttöä.**



17.3.2014

**ORION PHARMA**  
Hyvinvointia rakentamassa

## Viikkokisat 2015

NYU järjestää kesällä 2015 viikkokisoja omille jäsenilleen.

### 1. viikkokisa

23.6.2015 Klaukkalan urheilukenttä  
7-8 v. 40m / kuula  
9 v. 60m / kuula  
10-15v. korkeus / 60m

### 2. viikkokisa

29.6.2015 Parkkimäen urheilukenttä, kirkonkylä  
7-9 v. pituus/pallonheitto  
10-15 v. kuula / pituus

### 3. viikkokisa

4.8.2015 Klaukkalan urheilukenttä  
7-9 v. kuula / pituus  
10-15 v. pituus / kiekko

### 4. viikkokisa

18.8.2015 Klaukkalan urheilukenttä  
7-9 v. junnukeihäs / 600m kävely  
10-15 v. keihäs / 1000m kävely

### 5. viikkokisa

1.9.2015 Klaukkalan urheilukenttä  
7-9 v. 40m / 800m  
10-15v. 60m / 1000m



Viikkokisoissa toimitsijoina toimivat lasten vanhemmat, apuna ohjaajien kanssa.

Vähintään neljään viikkokisaan kesän aikana osallistuneet palkitaan syksyllä kauden päättäjaisissä aktiivisuuspalkinnolla.

Viikkokisasarja on tarkoitettu lähinnä urheilukoululaisille, myös muut ovat tervetulleita tekemään ennätysnsään.

Viikkokisa on osa urheilukoulua.

Ilmoittautuminen tapahtuu ennen kilpailua kilpailupaikalla.

Sarjat menevät syntymävuoden mukaisesti eli esimerkiksi 7-v sarja on kaikille 2008 syntyneille ja 10-v sarja on tarkoitettu kaikille vuonna 2005 syntyneille.



## Kesän urheilukoulut

Nurmijärven Yleisurheilu tarjoaa ensi kesänäkin yleisurheilutoimintaa lapsille. Klaukkalan urheilukentällä on mahdollisuus harjoitella kolme kertaa viikossa (maanantaisin, tiistaisin ja torstaisin klo 17:30-19:00) ja Kirkonkylässä Parkkimäen urheilukentällä kerran viikossa (maanantaisin klo 17:30-19.00).

Kesän urheilukoulut alkavat viikolla 19. Ensimmäiset ulkoharjoitukset ovat 4.5.2015.

### Ikäryhmät:

Kesän 2015 tavoite on saada aikaan ikäkausiryhmät koulutettujen ohjaajien ja valmentajien avulla. Ryhmiin haetaan joukkuejohtajia ja apuvalmentajia lisää varsinkin ihan pienimmässä.

NYU:n yleisurheilukoulut on tarkoitettu 6-13 vuotiaille yleisurheilusta ja muustakin liikunnasta kiinnostuneille lapsille pääpainon ollessa yleisurheilulajeissa. Nuorimpien kanssa toimintaan sisältyy myös erilaisia pelejä ja leikkejä.

### Maksut:

Urheilukoulumaksu 120€/kesä, nuorisovalmennusmaksu 145€/kesä.

Tarkempia tietoja maksuista löytyy urheilukoulumaksut kohdasta.

Samalla maksulla voit osallistua kaikkiin oman ikäryhmän harjoituksiin.

Hintaan sisältyy ohjatun liikunnan lisäksi yleisurheilulisenssi, vakuutus, t-paita, maksuton osallistuminen viikkokisoihin ja muihin NYU:n omiin kilpailuihin. Urheilukoulu on tarkoitettu NYU:n jäsenille ja ilmoittautuminen (ei jäseneltä) on samalla ilmoittautuminen Nurmijärven Yleisurheilun jäseneksi. Jäsenmaksun (10 €) laskutamme erikseen.

Viikot 29 ja 30 tulemme pitämään lomaa yleisurheilun osalta.

Mahdolliset harjoitukset kyseisellä viikolla sovitaan erikseen oman ryhmän kanssa.



Lisätietoja saa Juha Huppuselta 045 196 2870/ juhis@nurmijarvenyleisurheilu.fi tai Ari Ketomäeltä 040 500 9312 / ari.ketomaki@hslgroup.fi

**SaKOTE** \*Sähköasennukset  
\*Huoneistorempat  
\*Laatoitukset  
040 824 5180 taisto.malinen2@pp.inet.fi

### MAANRAKENNUS ARTO LAAKSONEN

Metsärannantie 14, Perttula  
puh. 0400 457 017

### Tmi Kivi Viitanen

Pihakivetykset

puh. 0400 989 068  
www.kiviviitanen.fi

## Humppaa ja huumoria

**Ruusulinna**

Aspinniltuntie 80, Nurmijärvi Puh. 050-348 9000

**RAFILA** rajamäen  
fysikaalinen  
hoitolaitos oy  
Keskusraitti 4. 05200 Rajamäki  
Puh./fax. (09) 290 0525  
www.rafla.org  
- Fysioterapia  
- Hieronnat, liikehoidot  
- Nivelmobilisoinnit  
- Lymfaterapia  
- Syvä- ja pintalämmöt  
- Yksilö- ja ryhmäjumput  
- Yksilölliset tukipohjalliset  
**Huom!**  
**Myös**  
**nettiajanvaraus**

### Yritystohtori Oy

Puh. 0400 816 944

### NSP-SÄHKÖPALVELU OY

Ketunkopintie, 05100 Röykkä  
Puh. 0500 439 224, 0500 469 021  
nsp-oy@nsp-oy.com

## Noname toimittaa seura-asut

Nurmijärven Yleisurheilun virallisten kilpailu- ja verryttelyasujen toimittaja on Noname. Asuja toimitetaan etukäteistilausten perusteella. Asujen toimitusaika on 6-8 viikkoa. Vuoden 2015 ensimmäinen tilaus on tehty, joten seuraavan tilauksen ajankohta riippuu kysynnästä. Ilmoita seuran asuasioista vastaavalle Maarit Vaittiselle tarpeistasi.

Nonamella on kuitenkin varastossa yksittäisiä kappaleita asuistamme – niitä voit tiedustella Maaritilta.

Tuulihousut, pitkät ja lyhyet trikoot ovat varastotuotteita eli niitä on saatavilla aina.

Lisätietoja saat Maarit Vaittiselta  
040 703 8828.

Seura-asujen ulkonäköön voit helpoimmin tutustua tämän lehden sivuilla ja nyu.fi -sivun kuvagalleriassa. Asuja esittelevät tositilanteissa seuramme omat urheilijat ja valmentajat.



**KUNNIA-KIERROS**  
Tue NYU:n  
nuorisoyleisurheilua  
osallistumalla  
Kunniakierroksella



### Isännöinti KkK Oy

Isännöinti- ja kirjanpitoalvelut

Puh. (09) 586 4731, 0400 774 782  
kirsti.kymalainen@kolumbus.fi  
Viirintie 8, Klaukkala www.isannointikk.fi

**Maanrakennus  
M & R Vaulamo Oy**  
www.vaulamo.fi

### Fysioterapia Kärkkäinen

Puh. 09 250 9898

## Kilpailukutsu

# 28. HIPPO

## -olympialaisiin

tiistaina 19.5.2015 kello 17.30  
Klaukkalan urheilukentällä, Kuntotie 3

### Sarjat ja lajit:

- Tytöt ja pojat 2011, 2010 ja 2009 syntyneet: 40 m ja pituus
- Tytöt ja pojat 2008 ja 2007 synt: 40 m ja pallonheitto
- Tytöt ja pojat 2006 synt: 40 m ja kuula
- Tytöt ja pojat 2005 synt: 60 m ja kuula

Sarjat ovat erikseen tytöille ja pojille sekä erikseen kullekin syntymävuodelle. Osallistua voi joko yhteen tai kahteen lajiin. Vuonna 2012 tai myöhemmin syntyneet toivotamme tervetulleeksi tulevina vuosina.

### Ilmoittautuminen


Pe 15.5. klo 20.00 mennessä sähköpostilla hippo@nurmijarvenyleisurheilu.fi. Ilmoita sukunimesi, etunimesi ja sarjasi (T/P+ syntymävuosi) ja lajit, joihin osallistut.

Ilmoittautuminen vahvistetaan. Jos et saa vahvistusta 2-3 päivän sisällä, ota yhteys Tapani Markkulaan tapani.markkula@kolombus.fi tai 045 208 6121.

Kentällä ei voi enää kilpailupäivänä ilmoittautua. Varaamme oikeuden osallistujamäärän rajaamiseen. Kaikki osallistujat palkitaan, lisäksi jokaisen lajin kolme parasta saavat Hippo-mitalin. Ei osanottomaksua. Vapaa pääsy. Kilpailun järjestävät Keski-Uudenmaan Osuuspankki ja Nurmijärven Yleisurheilu.

Lisää Hippo-olympialaistietoa osoitteesta [www.nurmijarvenyleisurheilu.fi](http://www.nurmijarvenyleisurheilu.fi)

Tervetuloa iloiseen yleisurheilutapahtumaan Nurmijärven Klaukkalaan!  
Mukaan on kutsuttu myös Hanna Hippon.

OP Keski-Uusimaa 

## Tiina Rinnekari heitti SM-pronssille

NYU:n Tiina Rinnekari heitti kolmanneksi moukarinheiton SM-talvikisoi- sa Kaustisella hiihtolomaviikon lopulla. Erittäin kovatasoisessa N19-sarjan kilpailussa Voiton vei Kauhajoen Karhun Suvi Koskinen, joka 62,62 metrin heitollaan nousi ikäluokan kaikkien aikojen kakkossijalle Suomessa. Ho- pealle heittänyt



Karhulan Katajaisten Krista Tervo ylitti niin ikään 60 metrin rajan tuloksellaan 60,24. Kesän loukkaantumisen jäljiltä muita myöhemmin tehokkaan harjoittelun pariin päässyt Rinnekari lähenteli ennätystään tuloksella 57,90. Koko kärkikolmikko ylitti tulosrajan 19-vuotiaiden EM-kilpailuihin, jotka käydään heinäkuussa Eskilstunassa Ruotsissa. Suomella tulee olemaan Eskilstunassa kova kolmikko, sillä nyt kolmanneksi jäänyt Rinnekarikin sijoittuu maailmantilastossa 13:nneksi.

Kaustisen moukariringissä nähtiin myös toinen Rinnekari, kun Heli sijoittui neljänneksi N22-sarjassa 57,21. Mitali jäi vajaan metrin päähän. Sarjan voitti Riihimäen Kiskon Inga Linna Suomen naisten kaikkien aikojen tilaston seitsemänneksi oikeuttavalla tuloksella 63,72. Inga valmentaa Hannu Rinnekari, joten tulos on samalla Rinnekarin navetalla harjoittelevien kärkitulos.

## Erica Riennolle painonnoston SM-hopeaa

Nurmijärven Yleisurheilun moukarinheittäjä Erica Riento teki helmikuussa uuden aluevaltauksen, kun hän sijoittui elämänsä toisessa painonnostokilpailussa hopealle. Merkittäväksi suorituksen tekee se, että uran toinen kilpailu painonnostossa oli yleisen sarjan SM-kilpailu Tampereen Pirkkahallissa.

Riento nosti sarjassa alle 75 kg ja saavutti yhteistuloksella 162 kg hopeaa. Hopeaa tuli myös työnnössä tuloksella 92 kg. Tempauksessa Riento sijoittui kolmanneksi tuloksella 70 kg. Tulos oli sama kuin hopeaa nostaneella Tiina Rinteellä, mutta Rinne nappasi hopean kevyempänä nostajana.



## Oletko jo ONLINE?

Online-palvelussamme asioit silloin kun se itsellesi parhaiten sopii. Sähkökulutus, -sopimukset ja monet muut hyödylliset tiedot ovat saatavillasi ajantasaisesti missä ja milloin vain!

REKISTERÖIDY!  
[www.nurmijarvensahko.fi](http://www.nurmijarvensahko.fi)



## Nuorten Eliittikisat Klaukkalan urheilukentällä 10.6.2015 klo 16.30

Suomen Urheiluliiton korkeimman kategorian nuorisokilpailu rantautuu Nurmijärvelle. Suomen parhaat 17- ja 19-vuotiaat nuoret yleisurheilijat taistelevat voitosta yli 40 lajissa. Tähtäimessä on myös 19-vuotiaiden EM-kisarajat.

NYU:n omista urheilijoista lajivoittoa ja paikkaa EM-joukkueessa tavoittelevat mm. Oskari Lehtonen ja Tiina Rinnekari.

Kisa televisioidaan YLE2-kanavalla, mutta parhaat tunnelmat voi kokea ainoastaan kentän laidalta. Yleisurheilu – parasta paikan päällä.



## Koe kisatunnelma vieläkin paremmin !

Tule mukaan järjestämään Nurmijärven vuoden suurinta urheilutapahtumaa. Kisaorganisaatiossa tarvitaan yli 150 henkilöä, joten sinunkin apusi on tervetullut. Ota yhteyttä, niin etsimme sinulle sopivan tehtävän.

Olemalla mukana autat meitä tarjoamaan urheilijoille parhaat mahdolliset olosuhteet kilpailuun ja tehdä huipputuloksia. Samalla olet mukana tarjoamassa parasta mahdollista urheiluviihdettä jopa 300.000 tv-katsojalle.

## Tule mukaan toimijaksi

Voisitko toimia lähettäjänä tai maalikameran hoitajana tai kuuluttajana tai tulospalvelussa tai mittamiehenä tai kuulan palauttajana?

Me uskomme, että voit, eikä edes aikaisempi kokemus yleisurheilusta ei ole välttämätöntä. Myöskään ikä ei ole rajoite, kentälle mahtuvat kaikenikäiset.

Jos kentällä toimiminen ei ole sinun juttusi, voit osallistua kioskitoimintaan, olla mukana tiedotustoiminnassamme, avustaa seuran markkinoinnissa ja varainhankinnassa tai toimia esimerkiksi jonkin ikäryhmän joukkueenjohtajana. Tehtäviä seurassamme riittää.

Yleisurheilussa toimitsijoita tarvitaan moneen paikkaan. Nurmijärven Yleisurheilu ry järjestää vuosittain runsaasti kilpailu-

ja. Uusia toimitsijoita ja tuomareita tarvitaan jatkuvasti lisää. Erityisesti toivomme joukkoomme uusia erikoisosaajia maalikameran, tulospalveluohjelmiston ja lähetystiimin pariin.

Seuran kilpailutoimikunta vastaa kaikkien uusien toimitsijoiden kouluttamisesta ja jo toiminnassa olevien jatkokoulutuksesta.

Käy ilmoittautumassa haluamaasi tehtävään juuri sinulle sopiviin kilpailuihin seuran nettisivuilla [www.nyu.fi/kilpailutoiminta](http://www.nyu.fi/kilpailutoiminta). Olethan mukana tekemässä kilpailuistamme parempia. Sinua auttaa eteenpäin NYU:n kilpailupäällikkö Lauri Laine [lauri.laine74@gmail.com](mailto:lauri.laine74@gmail.com) / 050 386 2217.

Terveyttä ja hyvinvointia  
Aloe Vera tuotteista.  
Ota yhteyttä niin kerron lisää.  
Pia Jokinen puh 040-761 6712

Karin ja Maurin  
Maanrakennus Oy  
Leppälammentie 439  
040 7333 043



**Café Muru Oy**  
Keskusratti 4, 05200 Rajamäki  
Avoinna: ma – pe 6 – 18, la 10 – 16  
Puh 09 - 290 1327, 050 - 370 6996  
[www.cafemuru.fi](http://www.cafemuru.fi)

ITSEPALVELU- JA PALVELUPESULA

**PesuPysäkki**

Avoinna ma-to 10-18, pe 10-17, la 10-13  
Keskivari 4, 01800 KLAUKKALA Puh. (09) 879 6370  
[www.pesupysakki.fi](http://www.pesupysakki.fi)

**Plastone**

[www.plastone.fi](http://www.plastone.fi)

**Kuljetus  
Timo  
Åberg Oy**

0500-450 646

*Muotia naisille*

**MODA BRONCO**

Helsinki: Itis  
Espoo: Sello  
Vantaa: Myyrmanni ja Jumbo  
[www.modabronco.fi](http://www.modabronco.fi)

NURMIJÄRVEN RAUTAKAUPPA

**RAUTIA**

TÄYDEN PALVELUN MAATALOUSKAUPPA

**K-MAATALOUS**

**OLAVI KORPISAARI OY**

Ojakkalantie 2, 01900 Nurmijärvi  
Ark. 8-18, la 9-14. Puh. 09 - 855 3670  
Yrittäjätie 10, 01800 Klaukkala  
Ark. 7-19, la 9-16. Puh. 09 - 3484 7700

**SUORITAMME**

**-louhintatyöt**

**-maansiirtotyöt -konetyöt**

**SETPAL OY**

Ruohosuontie 25, 05200 Rajamäki  
puh. 0400 475 620, fax 09 290 3151  
[setpal.oy@kolumbus.fi](mailto:setpal.oy@kolumbus.fi)  
[www.setpal.fi](http://www.setpal.fi)

## Nurmijärven Taksikuljetus

Puh. 0500 400 820

### KAUKO KAJOLINNA KY

Erilaisia rakennus- ja myymälä-  
REMONTTOINTIA

Siippoontie 363, 01940 Palojoki

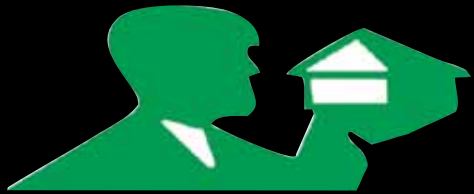
P. 250 3587, 0400 459 896, 040 523 4336

### VÄLIMÄEN-HUNAJA

Hunajaa

Mäkeläntie 39, 05200 Rajamäki  
050 543 0062

valimaen-hunaja@luukku.com



Auktorisoitua laatusännöintiä!  
www.lahex.fi

## Viirin Kirppis

Yrittäjätie 9  
Järvihaaka,  
01800 Klaukkala  
P. 290 3830  
www.viirinkirppis.fi

**39,90 €/vko**

+ 3% kokonaisuunnistusta  
Sis. 4-taso pöytä +  
rekki ja henkarit.

Yli 300m<sup>2</sup>:n huonekalualue  
8,5€/m<sup>2</sup>/vko.

Kahvila avoinna joka päivä.

**AVOINNA:**

**MA-PE 10-19**

**LA 10-16**

**SU 11-16**

Tuttu ja turvallinen

## KLauKKALAN AUTOKOULU

www.klaukkalanautokoulu.fi

Puh. 879 9550



Yrityspalvelupiste  
VINKKI

### Elinkeinotoimi – aktiivisesti mukana

Ota yhteyttä kunnan elinkeinotoimeen tai tutustu tarjontamme: www.nurmijarvi.fi/yrityminen, www.ilvesvuori.fi

- kun tarvitset tonttia tai toimitiloja
- kun yritykselläsi on kehittämistarpeita

### Yrityspalvelupiste Vinkki

Ota yhteyttä, kun tarvitset yritysneuvontapalveluja:

- keksinnöt ja innovaatiot, ThinkSuomi puh. 045 157 6650
- aloittavat yritykset, Keski-Uudenmaan Uusyrityskeskus ry. puh. 010 4405 130
- liiketoiminnan kehittäminen, Keski-Uudenmaan Kehittämiskeskus eli Keuke puh. 050 341 3210
- työkaluja rekrytointiin ja osaamisen kehittäminen, Uudenmaan Te-toimisto puh. 0295 040 155

www.nurmijarvi.fi

# Kilpailukalenteri 2015

### Seuran järjestämät kilpailut

ti 15.4	.....maastokisa.....	Maaniittu
ti 22.4	.....Seuran mestaruusmaastot.....	Parkkimäki
la 9.5	.....Klaukkalan kevätmoukari 1.....	Klaukkala, moukarikenttä
ti 12.5	.....Kunniakierros.....	Klaukkalan urheilukenttä
ti 19.5	.....Hippokisat.....	Klaukkalan urheilukenttä
to 21.5	.....Klaukkalan kevätmoukari 2.....	Klaukkala, moukarikenttä
su 31.5	.....pm-junnuviestit.....	Klaukkalan urheilukenttä
ke 10.6	.....Nuorten Eliittikisat.....	Klaukkalan urheilukenttä
ti 23.6	.....Viikkokisa 1.....	Klaukkalan urheilukenttä
ma 29.6	.....Viikkokisa 2.....	Kirkonkylän urheilukenttä
ti 4.8	.....Viikkokisa 3.....	Klaukkalan urheilukenttä
ti 18.8	.....Viikkokisa 4.....	Klaukkalan urheilukenttä
ti 25.8	.....Seuranmestaruuskisat, osa 1.....	Klaukkalan urheilukenttä
ti 1.9	.....Viikkokisa 5.....	Klaukkalan urheilukenttä
to 3.9	.....Syysmoukari ja NYU:n mestaruus osa 2.....	Klaukkala, moukarikenttä
la 5.9	.....Keihäskisat.....	Klaukkalan urheilukenttä
ti 8.9	.....Klaukkalan syysmoukari 2.....	Klaukkala, moukarikenttä
to 5.11	.....Vauhdittomat hypyt mestaruuskisat.....	Klaukkalan yläaste
su 29.11	.....Kauden päättäjaiset.....	Perttulan Rientola

### Uudyn pm-kilpailut ja aluemestaruuskilpailut

ti 7.4	.....Pm- /Am-maantiejuoksut (9-v. ->).....	Siuntio
.....	.....Am-maantiekävelyt (17-v. ->).....	.....
la 2.5	.....Pm- / Am-maastot (9-v. ->).....	Lohja
la 24.5	.....Pm-junnuottelut (9-15-v.).....	Riihimäki
su 31.5	.....Pm-junnuviestit.....	Tuusula
to 4.6	.....Vattenfall Seuracup I.....	Järvenpää
ma 8.6	.....Am-esteet (17-v. ->).....	Hiekkaharju
ma-ti 15.-16.6	.....Am-viestit (17-v. ->).....	Porvoo
ti-ke 7.-8.7	.....Am-moniottelut (17-v. ->).....	Eläintarha
ti-ke 14.-15.7	.....Am-kilpailut (17-19-v.).....	Tuusula
ti 4.8	.....Vattenfall Seuracup II.....	HYvinkää
to-pe 6.-7.8	.....Am-kilpailut (M/N).....	Raasepori
la-su 15.-16.8	.....Pm-junnut (9-15-v.).....	Vihti (Nummela)
ke 9.9	.....Am-10000 m.....	Eläintarha
la 12.9	.....Pm-junnuottelut 2 (9-15-v.).....	Lohja
la 19.9	.....Am-maraton.....	Espoo (rantamaraton)

### SM-kilpailut

la 18.4	.....SM-maantiejuoksut.....	Siuntio
su 10.5	.....SM-maastot.....	Imatra
su 14.6	.....SM-maantiekävelyt.....	Espoo
la-su 4.-5.7	.....SM-viestit.....	Seinäjoki
to-su 30.7-2.8	.....Kalevan kisat M/N.....	Pori
la-su 15.-16.8	.....SM-kisat M/N 19.....	Savonlinna
la-su 15.-16.8	.....SM-kisat M/N 22.....	Lahti
pe-su 21.-23.8	.....SM-kisat P/T15-14.....	Oulu
pe-su 21.-23.8	.....SM-kisat M/N 16-17.....	Kalajoki
pe-su 4.-6.9	.....SM-moniottelut 22-19-17-15-14.....	Sastamala, Huittinen
la-su 12.-13.9	.....KLL:n mestaruuskilpailut.....	Heinola
la 26.9	.....SM-maraton.....	Pyhtää

# Kilpailutaulukko 2015

Tästä taulukosta löydät tarvitsemasi tiedon kesän kilpailuista. Mitkä kilpailut kuuluvat seuramestaruuscupiin ja mistä kisoista Ranking-kilpailun pisteet kertyvät?

		1	2	3	4
su 11.1	.....Pm-vauhdittomat hypyt.....	.....	.....	X.....	.....
la 7.2	.....Pm-junnuhallit (max. 2 lajia).....	.....	.....	X.....	X.....
la 7.4	.....Pm-maantiejuoksut (9-v. ->).....	.....	.....	X.....	.....
ti 28.4	.....Seuran mestaruusmaastot.....	.....	X.....	X.....	.....
la 2.5	.....Pm-maastot (9-v. ->).....	.....	.....	X.....	.....
la 24.5	.....Pm-junnuottelut.....	.....	.....	X.....	X.....
su 31.5	.....Pm-junnuviestit.....	.....	.....	X.....	X.....
pe-su 12.-14.6	.....Youth Athletics Games 9-17 v.....	.....	.....	X.....	X.....
ti 23.6	.....Viikkokisa 1. Klaukkala.....	X.....	.....	.....	.....
ma 29.6	.....Viikkokisa 2. Kirkonkylä.....	X.....	.....	.....	.....
ti 4.8	.....Viikkokisa 3. Klaukkala.....	X.....	.....	.....	.....
la-su 15.-16.8	.....Pm (9-15-v.).....	.....	.....	X.....	X.....
ti 18.8	.....Viikkokisa 4. Klaukkala.....	X.....	.....	.....	.....
ti 25.8	.....Seuranmestaruuskisat, osa 1, pikamatka ja kentälajit 2kpl.....	.....	X.....	X.....	X.....
ti 1.9	.....Viikkokisa 5. Klaukkala.....	X.....	.....	.....	.....
to 3.9	.....Klaukkalan syysmoukari ja.....	.....	.....	.....	X.....
to 3.9	.....NYU:n mestaruuskisat osa 2, pitkä matka.....	.....	X.....	X.....	X.....
la 12.9	.....PM-junnuottelut 2.....	.....	.....	X.....	X.....
to 5.11	.....Vauhdittomat seuran ja kunnan mestaruus kisat 17.30.....	.....	X.....	X.....	.....

### Sarakkeet:

1. Viikkokisasarja, 2. Seuranmestaruuscup, 3. Ranking, 4. Tilastopajamerkintä (tilastokelpoinen kilpailu)

Kauden päättäjaisissä (29.11.2015) palkitaan:

### Viikkokisasarja:

Ne palkitaan jotka ovat osallistuneet vähintään neljään viikkokisaan viidestä.

Viikkokisasarja on tarkoitettu lähinnä urheilukoululaisille, myös muut ovat tervetulleita tekemään omia ennätysnäitänsä.

### Seuranmestaruus-cup:

Seuranmestaruuskisat ovat cup-muotoinen, pisteet lajeittain sijoituksista 10-7-5-3-2-1-1-1-1 jne.

Kauden päättäjaisissä palkitaan 3 parasta sarjoittain+ kaikki, jotka osallistuneet kaikkiin lajeihin (6 lajia)

Seuranmestaruus-cupissa kilpaillaan sarjoissa T/P 7,8,9,10,11,12,13,(14-15)-vuotiaat

### Ranking 9 -15v:

Rankingkisassa palkitaan 20 eniten pisteitä kerännyttä 9-15 -vuotiasta.

Tarkemmat tiedot löytyvät seuran nettisivuilta www.nyu.fi



# Oskari Lehtonen Kupittaaan kunkkuna

NYU:n Oskari Lehtonen voitti uransa kolmannen SM-kultamitalinsa, kun hän kiisi suvereeniin mestaruuteen Turun Kupittaaan tiukkakaarteissa kirnussa käytyjen nuorten SM-kilpailujen M19-sarjan 200 metrillä. Lehtosen aika haastavissa kaarteissa oli 22,52, jolla hän jätti hopeamitalistin peräti kolmen kymmenyksen päähän.

Lehtosen mitalit hallikaudelta eivät jääneet tähän, vaan Turusta oli tuomisina myös 60 metrin hopeamitali. M19-sarjan tiukan kilpailun voitti Kouvolan Urheilijoiden Markus Kiuru ajalla 6,94. Oskari heittäytyi hopealle vain sadasosaa ennen Tampereen Pyrinnön Ville Aarnivalaa.

SM-halleissa nähtiin myös muuta NYU-väriä, sillä Pinja Porokari juoksi N17-sarjan 300 metrillä oman ennätyksensä 43,22, mikä riitti 12.sijaan

Ida Andersson juoksi kaksi matkaa ja sijoitui niissä 11. ja 19.sijoille. Parempi sijoitus irtosi N17-sarjan 1500 metrillä ajalla 5.25,67. 800 metrillä aika 2.34,52 sijoitti Isan tuloluettelossa siis riville 19.



Oskari Lehtonen esittelee ensimmäistä SM-halleista saavutettua kultamitaliaan Kupittaaan hallissa.



Pinja Porokari (133) tutustui Kupittaaan tiukkoihin kaarteisiin 300 metrin juoksussa. Kaarteiden tiukkuudesta huolimatta vauhti riitti ennätykseen.

Uudenmaan  
**IMUPALVELU**  
www.imupalvelu.fi

The Art of Enzymes  
**roal**  
Tykkimäentie 15,  
05200 Rajamäki  
www.roal.fi

**VIRKKI T KY**  
Hannu Haapakorpi 040 515 3430  
Timo Virkki 040 529 4891  
Lokakuljetukset

**TILIPALVELU  
P NIINIKOSKI OY**  
PUH. 010 2310 780  
www.niinikoski.fi

**MONITOIMIRENGAS KY**  
● Rengasmyynti- ja asennus  
● Autojen käsinpesut  
Ilvesvuorenkatu 5C, 01900 Nurmijärvi,  
p. 09 296 6970, 050 440 4195  
Avoimena: arkisin 9.00-17.00, la sop.muk.

**SINUSTAKIN  
TANSSIJA!**



Laadukasta taiteen perusopetusta Nurmijärvellä.

Lastentanssi, baletti, nykytanssi, jazz, street,  
show, breikki, poikien tunnit, aikuisten tunnit

Nurmijärven tanssiopisto puh (09) 879 9284 www.nto.fi

**Kiinteistömaailma**

Probitas Oy, Kauppakeskus Viiri  
Klaukkalantie 55, 01800 Klaukkala  
Puh: 040 840 4858

**NUKARIN RENGAS OY**

• Uudet ja käytetyt renkaat  
• Erikoisvanteet, myös käytetyt  
Puh. (09) 250 7747, Pertuntie 190 C, 05400 JOKELA  
www.nukarinrengas.fi

**KLAUKKALAN FYSIKAALINEN HOITOLAITOS OY**  
OMT-piste

- Kivun, liikkumisen ja toimintakyvyn ammattilainen -

Palveluihimme kuuluu mm.  
Tuki- ja liikuntaelsairauksien fysioterapia (OMT, Maitland)  
Alaraaja-analyysi, tukipohjalliset  
Neurologinen kuntoutus  
Lasten fysioterapia  
Lantionpohjan toimintahäiriöt  
Lymfaterapia  
Urheilu fysioterapia  
Leikkausten jälkeinen fysioterapia  
Fyysisen kunnan testaus  
Ryhmäjummat



Klaukkalantie 63, 01800 KLAUKKALA  
Puh. 09-879 4660 www.klafy.fi, info@klafy.fi

**Nurmijärven  
Rakennushuolto Oy**

Asiantuntevaa kiinteistöhoitopalvelua

Meiltä laatuystävällisesti ja taloudellisesti myös:

- huoneistoremontit
- kylpyhuoneremontit
- perustustyöt
- sähkötyöt
- putkityöt

PL 66, Pratikankuja 3, 01901 NURMIJÄRVI  
Puhelin (09) 2212 211, E-mail nrh@nrh.fi

◆ Sauva-,  
◆ mosaiikki-,  
◆ lauta-,  
◆ korkkiparketit

◆ Asennus-,  
◆ hionta-,  
◆ sävytys-,  
◆ remonttityöt

Kaikki lattiatyöt ammattitaidolla  
ja edullisesti. Pyydä tarjous!

**PARKETTI LOUHIO KY**

Koivusillantie 33, 01800 Klaukkala  
Puh. 0400-456066  
parkettilouhio@par.as www.parkettilouhio.fi

**HAIKONEN OY**  
SÄHKÖ

ASENNUSTYÖT SUUNNITELMAT  
TARVIKKEET LÄMPÖPUMPUT

Yrittäjätie 19, 01801 Klaukkala  
Puh 041 547 0060  
www.sahkohaikonen.fi



# Kunniakierros 2015

## Tue Nurmijärven Yleisurheilun nuorisotoimintaa

**Nurmijärven Kunniakierrostapahtuman järjestää Nurmijärven Yleisurheilu tiistaina 12.5.2015 Klaukkalan urheilukentällä klo 18.00 – 20.00.**

Kunniakierroksen perusideana on kerätä varoja suomalaiselle nuorisoyleisurheilulle ja ennen kaikkea yleisurheilun seuratoiminnalle. Yli 200 paikallisen urheiluseuran ja Suomen Urheiluliiton yhteinen liikunta- ja varainhankinta-projekti järjestetään eri puolella Suomea 28.4.-7.7. välisenä aikana. Kunniakierros on 32-vuotisen historiansa aikana tuonut yleisurheilulle noin 30 miljoonaa euroa.

**Kunniakierrokseen osallistuva henkilö hankkii itselleen yhden ja mieluiten useamman tu-**



**kijan, jotka lupautuvat maksamaan haluamansa tukisumman. Tuen voi antaa joko kertamaksuna tai kierrosmaksuna juosten kierrosten perusteella. Pienin laskutettava tukisumma on joka tapauksessa 15€, vaikka**

**kierrosmaksuista tulisikin vähemmän esim. 20\*0,3 €/kierros = 6 €. Tukisummat laskutetaan tapahtuman jälkeen ja tätä varten tukija antaa omat laskutustietonsa viralliselle keräyslistalle. Käteistä rahaa ei saa ottaa vastaan. Lasku on**

**mahdollista saada myös sähköpostitse pdf-muotoisena, mutta myös perinteinen laskutusosoite tarvitaan sähköpostin rinnalle.**

Kunniakierroksen tuotosta lähes 85% käytetään lasten ja nuorten liikunnan

tukemiseen – keräyksen kulut ovat vain noin 17%. Vuoden 2014 keräystuotto oli yli 900 000 euroa, josta urheilulle tuloutui lähes 800 000 euroa.

Kunniakierrokseen voivat osallistua kaikki halukkaat henkilöt ja tukijoina voivat olla yksittäiset henkilöt, yritykset tai yhteisöt.

Tänä vuonna Kunniakierros on osa päivän urheilukoulua ja luvassa hauskaa tekemistä urheilukoululaisille.

Lisätietoja myös:

<http://www.nyu.fi> ja <http://www.kunniakierros.fi>  
Lauri Laine 050-386 2217 tai lauri.laine74@gmail.com

Keräyslistoja voi noutaa ja palauttaa urheilukouluhin sekä harjoitusten vetäjille.

Keräyslistoja saa myös soittamalla Lauri Laineelle 050-386 2217 tai pyytämällä sähköpostitse

lauri.laine74@gmail.com. Keräyslistat palautetaan viimeistään juoksupaikalle 12.5.2015 Klaukkalan urheilukentällä. Juoksupahtumaan on hyvä tulla paikalle viimeistään klo 18.

## Paavo Teräväiselle Lasse Virén –mitali

Yhtenä Suomen kovimmista kunniakierroskerääjistä tunnetulle Paavo Teräväiselle myönnettiin Suomen Urheiluliiton toimesta Lasse Virén –mitali tunnustuksena merkittävästä suomalaisen yleisurheilun eteen tehdystä työstä.

Teräväinen on vuosien aikana kerännyt Nurmijärven Yleisurheilulle ja suomalaiselle nuorisoyleisurheilulle sadan tuhannen euron suuruisen potin. Nurmijärven Yleisurheilu onnittelee Paavo Teräväistä huomionosoituksesta ja toivottaa useita vauhdikkaita vuosia Kunniakierroksen parissa.



KUNNIKIERROS – JO yli 30 VUOTTA LASTEN JA NUORTEN URHEILUN TUKENA

## Omien kisojen säännöt

### Seuranmestaruuscup

Seuranmestaruuksista kilpaillaan cup-muotoisesti kolmessa eri osakilpailussa (maastot, seuranmest kaikki lajit+vauhdittomat). Yhteensä on mahdollisuutta saada pisteitä kuudesta lajista. Jokaisesta lajista jaetaan pisteitä sijoitusten perusteella 10-7-5-3-2-1-1-1-1 jne. Kauden päättäjaisissa palkitaan kolme kauden aikana eniten pisteitä kerännyttä urheilijaa jokaisesta sarjasta. Lisäksi palkitaan kaikki ne urheilijat, jotka eivät ole sijoittuneet sarjassaan kolmen parhaan joukkoon, mutta ovat saaneet pisteen kuudesta eri lajista (osallistuneet kaikkiin lajeihin). Seuranmestaruus-cupissa palkitaan vain sarjat T/P 7-15, Sarjat 7,8,9,10,11,12,13,(14-15)-vuotiaat.

### Ranking

Nurmijärven Yleisurheilun perinteinen ranking-kilpailu on pyörinyt jo 30 vuoden ajan vuodesta 1985. Rankingissa on tarkoitus kerätä osallistumis- ja sijoituspisteitä eritasoisista kilpailuista kalenterivuoden aikana.

Ranking-pisteet jaetaan arvokilpailujen sijoituksista seuraavalla periaatteella:

Kisa / Sijoitus	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	Osallistuminen
NYU:n mestaruuskisat	3	2	1	1	1	1	1	1	1
Kunnanmestaruuskisat	6	4	2	1	1	1	1	1	1
Piirinmestaruuskisat	15	10	5	4	3	2	2	2	2
Youth Athletics Games	30	20	10	7	6	5	3	3	3
SM-kisat	50	40	30	20	15	10	7	7	5

### NYU:n mestaruuskisat:

-vauhdittomat hypyt, maastojuoksut, lajikohtaiset mestaruuskilpailut

### Piirinmestaruuskisat:

-vauhdittomat hypyt, sisulisähallit, maantiejuoksut, maastojuoksut, viestit, ottelut, junnumestaruuskisat

### Youth Athletics Games:

-Pisteitä saa 9-13v. henkilökohtaisista lajeista siten että ranking-kisaan lasketaan 2 parhaan lajin pisteet. Viesteistä ja joukkue-kilpailuista ei jaeta ranking-pisteitä. 14-15v. eivät saa pisteitä koska näillä sarjoilla on SM-kisat. FJG tuli tänä vuonna (2006) aluemestaruuskisojen tilalle Ranking-kisassa.

### SM-Kisat 14-15v:

-lajikohtaiset, ottelut, viestit

- Osallistumispisteitä saa vain kerran kilpailua kohden (myös kaksi- tai kolmepäiväiset kisat). Niitä jaetaan sijoituksista jotka jäävät kahdeksannen huonommalle puolelle. Jos kilpailija, joka on sijoittunut yhdeksänneksi tai huonommin, sijoittuu samoissa kisoissa jossain toisessa lajissa kahdeksan parhaan joukkoon ei hän saa osallistumispisteitä.

-Poikkeuksen osallistumispisteiden jaossa muodostavat 14-15v. SM-kisat joissa niitä saa joka lajista johon osallistuu (vrt.tulosrajat).

### Jos haluat menestyä Rankingissa sinun täytyy...

**-Osallistua mahdollisimman moneen kilpailuun!** Jo pelkästään kaikki kisat kiertämällä saa kerättyä mukavat pisteet.

-Arastelematta osallistua sinulle myös hiukan huonompiinkin lajeihin. Pikajuoksijankin kannattaa ehdottomasti käydä myös maastojuoksuissa, sillä pienet marginaalit ratkaisevat.

-Aivan terävimpään kärkeen tarvitaan jo hyviä sijoituksia vähintään piirinmestaruuskisatasolla.

# Kovaa menoa seuraleirillä Pajulahdessa



Urheilukevät on lähtenyt vauhdikkaasti käyntiin. Viikko sitten kokemusta haettiin Pajulahdessa järjestetyltä NYU:n seuraleiriltä, jonne tänä vuonna oli ilmoittautunut paljon innokkaita ja lupaavia nuoria yleisurheilijoita.

Seuraleirillä on tarkoitus hakea tuntumaa ennen kaikkea yleisurheilun lajiharjoitteluun. Jo ensimmäisenä päivänä kaikki urheilijat pääsivät testaamaan omia piikka-

reitaan ja mittaamaan oman ennätyksensä 20m pikajuokstutestissä, myös pika- ja pitkänmatkan viestivaihdot tulivat tutuiksi jo ensimmäisenä leiri-illan aikana.

Samaan aikaan Pajulahdessa leireili myös Suomen maajoukkueyleisurheilijoita, joiden joukossa myös NYU:n nuorten maajoukkueeseen kuuluva Oskari Lehtonen harjoittelee. Nuoret urheilijanalut pääsivät

siis seuraamaan oman harjoittelumme ohessa myös huippuyleisurheilijoiden suorituksia aivan lähietäisyydeltä.

Tätä juttua kirjoittaessani valmistaudumme juuri lauantain aamutreeniin. Herääminen ei tuottanut suurtakaan ongelmaa, sillä klo 7.20 herätys tuli talon puolesta palohälyttimen soidessa Pajulahden majoitusalueen jokaisella käytävällä. Mitään vaaratilannetta ei kui-

tenkaan ollut. Olikohan joku valopää päättänyt kokeilla palohälytyksen tehoa.

Tästä jatkammekin seuraavaksi Pajulahtiin ja vuorossa on seiväshyppy- ja keihäsharjoitukset. Viikonloppun aikana ehdimme harjoitella vielä montaa lajia mahtavissa olosuhteissa. Ja kaiken lisäksi meillä on mahtava yhteishenki. Tämän paremmin viikonloppua ei voi viettää.

## Haluamme sinut ohjaajaksi Nurmijärven Yleisurheiluun

Nurmijärven Yleisurheilu etsii uusia innokkaita ohjaajia urheilukouluvetäjiksi. Urheilukouluryhmät on tarkoitettu 7-13-vuotiaille lapsille ja urheilukouluja järjestetään eri puolilla Nurmijärveä. Aloitavat ohjaajat pääsevät aluksi halutessaan apuohjaajiksi ja voivat omaan kokemuksen kartuttua siirtyä vetämään omaa ryhmää.

### Toivomme sinulta

- innostuneisuutta
- sitoutumista sovittuun toimintaan
- halukkuutta kouluttautua tehtävän vaatimalla tavalla
- vähintään 15-vuoden ikää

### Tarjoamme

- terveellisen harrastuksen
- Suomen Urheiluliiton järjestämän ohjaajakoulutuksen
- mahdollisuuden kehittyä haluamallasi tavalla
- kulukorvauksen ja palkkion
- todistuksen esim. opiskelu- tai työpaikkaa hakiessasi

Jos innostuit, niin ota heti yhteys Juha Huppuseen 044 598 2220 / juhis@nurmijarvenyleisurheilu.fi tai Ari Ketomäkeen 040 500 9312 / perhe.ketomaki@gmail.com.

## Etsimme myös

valmentamisesta kiinnostuneita henkilöitä valmentajiksi ja apuvalmentajiksi nuorisovalmennusryhmiimme ja kouluttajiksi lajikouluihin.

### Toivomme sinulta

- innostusta
- sitoutumista toimintaan ja ryhmään
- tervettä kilpailuhenkeä
- aikaisempi kokemus valmentamisesta tai yleisurheilusta on eduksi

### Tarjoamme

- voimakkaasti kehittyvän toiminnan innostavan ilmapiirin
- mahdollisuuden Suomen Urheiluliiton valmentajakoulutukseen
- mahdollisuuden osallistua urheilijoiden kanssa piiriin ja liiton leirityksiin
- matkakulupohjaisen kulukorvauksen ja palkkion
- mahdollisuuden etsiä rajojaan valmentajana

Mikäli haluat antaa jotain tulevalle urheilijasukupolvelle, niin ota heti yhteyttä Lassi Korhoseen lassi.korhonen@sul.fi / 040 709 6037

## Maarakennus Elg Oy

p. 0400 212 502

www.maarakennuselg.fi

## TILITOIMISTO Räsänen Oy

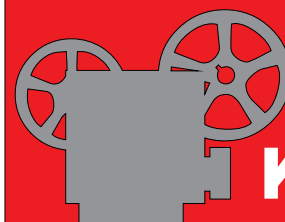
Viljelystie 15 D, 01840 Klaukkala  
Puh. 010 281 3500

## TANFOR OY

Laitamäki 13, 01800 Klaukkala  
Puh. 040 502 0673, (09) 879 2060

- Kotisivujen suunnittelu, toteutus ja ylläpito
- Internet-sovelluskehitys ■ Graafinen suunnittelu
- Asiakas- ja jäsenrekisterisovellukset

www.tanfor.fi



## Kino-Juha

Keskustie 7, 01900 Nurmijärvi  
Puh. 041 518 9490  
www.kinojuha.com

# K MARKET

# KARPPALA

Ihantolantie 12, Nurmijärvi  
Palvelemme:  
ma-la 7-22, su 10-22  
www.facebook.com/karppala

## TÄYDEN PALVELUN PAINOTALO

### NurmiPrint Oy

Paina mitä painat,  
painotalosi on  
NurmiPrint.

PAINAVAA ASIAA  
VUODESTA 1989

Ilvesvuorenkatu 5 A • 01900 Nurmijärvi  
puh. 09-250 8460 • fax 09-250 8590 • nurmiprint@nurmiprint.fi

www.nurmiprint.fi

# Rajamäen Uimahalli

## - Hyvä Olo!

**RAJAMÄEN UIMAHALLI**  
Kuntolanpolku 1, 05200 Rajamäki  
Puh. (09) 276 6720 www.rajamaen-uh.fi

## Raskaan kaluston renkaat!

# Ruusurengas Oy

Aspinniituntie 80, 01900 Nurmijärvi  
Mikko 040-670 6668  
mikko.nieminen@ruusurengas.eu  
www.ruusurengas.eu

## Rakennus Trove Oy

### RAPPAUSURAKOINTI

Peräkylä Jarmo  
puh. 0400 850 913

www.rakennustrove.fi

