

**SAKU ry:n Syyskisat Turussa – Paavo Nurmen stadionilla  
2.-3.9.2017**

**Yleisurheilun aikataulu**

**Sarjat**

Yleisurheilussa ja saappaanheitossa: Naiset ja miehet; yleinen, yli 40-, yli 50- ja yli 60-vuotiaat

**Yleisurheilu**

Lajit: 100 m, 800 m, SAKUcooper, korkeus, pituus, kuula, kiekko ja keihäs sekä miehillä noin 5 km maastojuoksu ja naisilla n. 3-4 kilometrin juoksu. Lisäksi mukaan otetaan uutena lajina painonheitto.

**Lauantai 2.9.**

ylähiekkakenttä

9.00	M 50,60 100 m	N kaikki kuula		
9.20	M Y, 40 100 m	kaikki kiekko		
9.40	N kaikki 100 m		M pituus	
10.00				
10.20				
10.40	N kaikki 800 m			
11.00	AVAJAISET			
11.20	M 50, 60 800 m	M Y, 40 kuula		
11.40	M Y, 40 800 m	N kaikki keihäs		
12.00				
12.20		M 50, 60 kuula	N pituus	
12.40				
13.00		M yl, 40 keihäs	N korkeus	M painonheitto
13.20				
13.40				
14.00		M 50, 60 keihäs		
14.20	SAKUcooper			
14.40			M korkeus	N painonheitto
15.00				
15.20				
15.40				
16.00				
16.20				
16.40				
17.00	Päivä päättyy viimeistään.			

**Palkintojen jaot**

klo 12.00 ennen klo 11.30 loppuneet lajit

klo 14.00 ennen klo 13.30 loppuneet lajit

klo 16.00 jälkeen loput lajit

Muiden lajien kuin yu-lajien palkintojen jaot tulosten tultua yu-kentällä.

**Sunnuntai 3.9.**

välkenttä (ei hiekkakenttä)

10.30	N Maastojuoksu (3 x 1,4 km)	
11.15	M Maastojuoksu	N saappaanheitto
12.00		M saappaanheitto

Sunnuntaina kaikki palkintojen jaot välkentällä lajien loputtua.

## Välineet

	KUULA	KIEKKO	KEIHÄS	SAAPAS
Naiset	3000 g	1000 g	600 g	38-numeroinen ( 3 heittoa )
M yl.-50	5000 g	1500 g	800 g	43-numeroinen ( 3 heittoa )
M 60	4000 g	1000 g	600 g	43-numeroinen ( 3 heittoa )