

# KÄSIOHJELMA



SAKU syyskisat  
Imatra 3.-4.9.2022

<b>Aikataulu LAJI</b>	<b>KELLONAIKA</b>	<b>OSOITE</b>
<b>Yleisurheilu</b> Lauantai 3.9. Sunnuntai 4.9.	10.00 10.00	Ukonniemen urheilukenttä, Kenttämiehenkuja 5
<b>Beach volley</b> Lauantai 3.9.	10.00	Ukonlinnan beach volley - kentät, Ukonlinnanpolku 7
<b>Maastajuoksu</b> Lauantai 3.9.	9.30	Ukonniemen urheilukenttä, Kenttämiehenkuja 5
<b>Pesäpallo</b> Lauantai 3.9.	10.00	Ukonniemen stadion, Ottelukatu 11
<b>Puistosuunnistus</b> Lauantai 3.9.	10.00 – 15.00	Lähtö Ukonniemen tekonurmikentän läheisyydestä, Kenttämiehenkuja 5
<b>Lounas</b> Lauantai 3.9. Sunnuntai 4.9.	11.00 – 14.00 11.00 – 14.00	Imatran jäähalli, Ottelukatu 1
<b>Iltajuhla</b> Lauantai 3.9.	19.00 – 24.00	Saimaan ammattiopisto Sampo, Koulukatu 5
<b>Petankki</b> Lauantai 3.9. Sunnuntai 4.9.	10.00 10.00	Ukonniemen pumptrack - radan viereinen kenttä, käynti urheilukentän kautta, Kenttämiehenkuja 5
<b>Frisbeegolf</b> Lauantai 3.9. (yksilö) Sunnuntai 4.9. (joukkue)	10.00 – 15.00 9.00 – 13.00	Ukonniemi DiscGolfPark, Kenttämiehenkuja 5
<b>SAKUcooper</b> Sunnuntai 4.9.	11.15	Ukonniemen urheilukenttä, Kenttämiehenkuja 5
<b>Saappaanheitto</b> Sunnuntai 4.9.	10.00 – 13.00	Ukonniemen urheilukenttä, Kenttämiehenkuja 5

## Yhteystiedot

Tapahtumapäällikkö:	Miia Uskalinmäki p. 040 767 2799
Ensiapu:	Niina Seppälä p. 040 547 5586
Neuvonta ja ruokailut:	Mikko Hämäläinen p. 040 121 7652
Lajivastaavat:	
Yleisurheilu:	Olli Ruuskanen p. 050 567 7026
Frisbeegolf:	Sakke Haapiainen p. 040 564 5622
Beach volley:	Jukka Lavikainen p. 050 373 7955
Petankki:	Sanna Kettunen p. 041 444 3415
Maastojuoksu:	Olli Ruuskanen p. 050 567 7026
Pesäpallo:	Mia Luostarinen p. 0400 324 235
Suunnistus:	Esa Majander p. 040 558 8398
Iltajuhla:	Asta Sillanpää p. 0400 764 559

## Lajien aikataulut ja otteluohjelmat

Tapahtumakutsu löytyy osoitteesta <https://sakury.net/tapahtumat/syyskisat-3>. Kutsuun päivitetään muun muassa kaikkien lajien tarkemmat aikataulut ja otteluohjelmat.

Liity mukaan **SAKU ry:n kisat Facebook-ryhmään**, josta löydät ajankohtaista tietoa Syyskisojen valmisteluista, kisainfoa sekä tunnelmia kisoista. Tägää tunnelmia Instagramiin **#SAKURY**, **#AinaKannattaaLähtee** ja **#amispoweria**.

## Tulokset

Tulokset julkaistaan osoitteessa: <http://sakury.net/tulokset>.

## Tapahtumaturvallisuus

Tehdään yhdessä turvalliset Syyskisat!

Huomioidaan kisapaikoilla muut osallistujat ja toimitsijat huolehtimalla riittävästä etäisyyksistä. Kisapaikoilla on käsidesiä käsihygienian turvaamiseksi. Tule mukaan Syyskisoihin vain terveenä ja oireettomana. Syyskisoissa tervehditään ja onnitellaan hymyillä ja sanoilla. Kättelyt ja halaukset jätetään tällä kertaa väliin.

## Palkintojenjaot

Palkintojenjaot suoritetaan kisapaikoilla mahdollisimman pian tulosten valmistumisen jälkeen. Lauantain nonstop -lajien (frisbeegolf ja puistosuunnistus) palkinnot jaetaan sunnuntaina klo 10 urheilukentällä. Sunnuntain nonstop -lajien (frisbeegolf ja saappaanheitto) palkinnot jaetaan sunnuntaina klo 13.15 urheilukentällä.

## Kisakanslia

Kisakanslia palvelee perjantaina klo 18 – 21 Imatran kylpylällä, Purjekuja 2. Lauantaina klo 9 – 15 ja sunnuntaina klo 9 – 14 Imatran jäähallilla, Ottelukatu 1. Kisakansliasta noudetaan kaikki tilatut lounasliput ja iltajuhlaliput. Jos maksat ruokailun itse, niin huomioithan, että vain korttimaksu käy.

## Lounaat

### Lauantai 3.9

Cafe 57 (Imatran jäähalli, Ottelukatu 1)

Buffetlounas klo 11-14 Hinta 12,50 euroa

Salaattibuffet (4-6 salaattia)

Natusen rieskaa, levitteet

Jäävesi, mehu

Lempeän tulista kanapastaa / Lempeän tulista kasvispastaa

Wokattuja kasviksia

Kahvia & teetä

### Sunnuntai 4.9

Cafe 57 (Imatran jäähalli, Ottelukatu 1)

Buffetlounas klo 11-14 Hinta 12,50 euroa

Salaattibuffet (4-6 salaattia)

Natusen rieskaa, levitteet

Jäävesi, mehu

Lohikeitto / Kasviskeitto

Kahvia & teetä

HUOM! Lounastarjoilu vain etukäteistilauksien mukaisesti. Lounasliput voit lunastaa kisakansliasta.

## Pysäköinti

Yleisurheilu, maastajuoksu, petankki, saappaanheitto, puistosuunnistus ja frisbee golf: Ukonniemen urheilukenttä, Kenttämiehenkuja 5 Petankkikentälle kulku helpoiten urheilukentän kautta

Beach volley: Hostel Ukonlinnan parkkipaikka, Ukonlinnanpolku 7

Pesäpallo: Imatran jäähallin parkkipaikka, Ottelukatu 1

## Vakuutukset

SAKU ry vakuuttaa (Pohjola-vakuutus numero 16-436-507-0) kilpailijat tapaturmien varalta kilpailuissa ja kilpailumatkoilla. Ohjeet tapaturman varalle: <http://sakury.net/tapahtumat/sakugames>

## Ensiapu

Tapahtuman ensiapupäivystäjät päivystävät pesäpallokentällä, beach volley -kentillä ja yleisurheilukentällä. Toimitsijoiden puoleen voi aina kääntyä tapaturman sattuessa. Ensiapu on lääkkeetön, joten jokaisen on huolehdittava henkilökohtaisista lääkkeistään ja mahdollisesti tarvitsemistaan särkylääkkeistä. Jokaisen joukkueen tulee kuitenkin varautua myös omilla ensiapuvälineillään, kuten urheiluteipeillä ja kylmäpakkauksilla.

Ensiapuvastaava: Niina Seppälä p. 040 547 5586

## Valokuvaaminen ja videokuvaaminen

Syyskisa on julkinen tapahtuma, jossa ei kysytä erikseen kuvauslupia. Kisakuvaajana toimii SAKU ry:n tiedottaja. Valokuvat tullaan tallentamaan Flickr-palveluun (linkki osoitteessa sakury.net), josta ne ovat lähdetiedot mainiten SAKU ry:n jäsenorganisaatioiden sekä lehdistön vapaasti käytettävissä journalistisissa tarkoituksissa. Jos et halua tulla missään tapauksessa kuvatuksi, niin olethan yhteydessä Saija Sippolaan p. 044 3434 123.

## Tapahtumapaikkojen etäisyydet

Etäisyydet on mitattu Imatran kylpylältä, (Purjekuja 2)

- Ukonniemen urheilukenttä 1,6 km
- Ukonniemi DiscGolfPark 1,6 km
- Ukonlinnan Beach volley -kentät 750 m
- Petankki 1,6 km
- Ukonniemen tekonurmikenttä 1,5 km
- Ukonniemen stadion 1,8 km
- Imatran jäähalli 1,4 km
- Imatran keskusta (Imatrankoski) 6,5 km
- Saimaan ammattiopisto Sampo 5,3 km

## Iltajuhla

Iltajuhlaa vietetään Sampon Solmu-opiskelijaravintolassa la 3.9. klo 19:00-24:00. Illalliskortin hinta 35€. Illalliskortti kattaa buffet-ruokailun sekä Sampon henkilöstöbändin Hito hyvä esittämänä sakumaisen hyvää tanssimusiikkia ja tauoilla karaokea. Illalliskortin ruokajuomina vesi, kotikalja. Tilaisuudessa on myös mahdollisuus ostaa olutta ja viiniä.

HUOM! Hotelleilta järjestetään bussikuljetus iltajuhlaan ja hotellille juhlan päätyttyä.

Illan menu

Alkuun

Vihersalaattia

Mozzarellasalaattia

Lammasalaattia

Salaatin kastikkeet

Graavattua lohta

Kasvisterriiniä ja marinoituja kasviksia

Pääruoka

Kalkkunaa wallenberg (kasvispihvit) ja punasipuli-mustaherukkahilloketta

Valkosipuli-basilikaperunaa

Paahdettuja kasviksia

Jälkiruoka

Pannacotta ja marjoja

Leipä ja levitteet

Vesi, kotikalja

Drinkkilippu á 5€ (punaviini, valkoviini, olut, lonkero, siideri, palautusdrinkki)

## Lajikohtaiset ohjeet

### Yleisurheilu ja maastajuoksu

**Osoite: Ukonniemen urheilukenttä, Kenttämiehenkuja 5**

Kenttälajeissa (keihäs, kiekko, kuula, painonheitto ja pituus) on neljä suoritusta/kilpailija. Keihäänheitossa mittaukset suoritetaan liiton sääntöjen mukaisesti. Mikäli yksikään heitto neljästä ei onnistu sääntöjen mukaisesti, sallitaan viides heitto ja se mitataan. Maastajuoksun lähtö ja maali ovat yleisurheilukentällä.

### Beach volley

**Osoite: Ukonlinnan beach volley -kentät, Ukonlinnanpolku 7**

Pelit pelataan kahdella kentällä, niin että naisten ja miesten kilpasarjat alkavat klo 10. Kilpasarjojen jälkeen jatketaan sekasarjan peleillä klo 14.

Turnaus pelataan kahdesta (2) voittoerästä. Erät pelataan 21 pisteeseen asti. Erävoittoon vaaditaan kahden (2) pisteen ero. Kenttäpuolia vaihdetaan 7 pisteen välein. Erätilanteessa 1–1 pelataan kolmas erä 15 pisteeseen. Palloa ei saa lyödä sormilyönnillä verkon yli. Kilpa- ja sekasarjassa ensimmäisen ja viimeisen kosketuksen tulee olla kova. Verkon korkeus 224 cm naisten sarjassa ja muissa sarjoissa 243 cm. Ottelun voitosta saa 2 sarjapistettä. Hävinnyt joukkue saa 0 sarjapistettä. Tasapisteissä joukkueiden järjestyksen ratkaisee:

1. keskinäisen ottelun/keskinäisten otteluiden sarjapistet 2. keskinäisten otteluiden eräsuhde 3. keskinäisten otteluiden eräpistesuhde 4. kaikkien otteluiden eräsuhde 5. kaikkien otteluiden eräpistesuhde 6. arpa

### Frisbeegolf

**Osoite: Ukonniemen DiscGolfPark, Kenttämiehenkuja 5**

Tässä infossa on kerrottu kaikki oleellinen SAKU ry:n henkilöstön Syyskisojen frisbeegolfiin liittyen. Kilpailupaikan lähtöpaikalla on tarjolla vettä, radan varrella vesipisteitä ei ole. Muistakaa siis ottaa omat pullot mukaan. WC- tilat ovat käytössä Ukonniemen urheilukentällä. Rataan voi käydä tutustumassa netissä osoitteessa: [https://frisbeegolfraadat.fi/rata/karhumaki\\_discgolfpark\\_imatra/](https://frisbeegolfraadat.fi/rata/karhumaki_discgolfpark_imatra/)

Tapahtumassa pelataan kaksi erillistä kilpailua: parikilpailu sekä yksilökilpailu. Lauantaina pelataan yksilökisa ja sunnuntaina parikisa. Molemmissa kilpailuissa pelataan yksi kierros Ukonniemen DiscGofParkin rataa (väylät 1-14). Omat kiekot mukaan!

### Petankki

**Osoite: Kenttämiehenkuja 5**

3-henkinen joukkue, joka voi olla nais-, mies- tai sekajoukkue. Joukkueeseen voi nimetä maksimissaan 4 pelaajaa. Pelissä on kaksi 3-henkistä joukkuetta vastakkain. Trippelijoukkueissa on kolme pelaajaa, 2 kuulaa / pelaaja. Pelitapana käytetään sarjaa ja jatkocupia. Pelivälineinä metalliset kuulat, joiden läpimitta on 70,5–80 mm ja paino 650–800 g. Puinen maalipallo (snadi), jonka halkaisija on 25–35 mm. Pelialustana on melko tasainen hiekkakenttä, kooltaan vähintään 3 x 12 metriä.

Aloittava joukkue valitaan arvalla, minkä jälkeen aloittaja piirtää aloituskohtaan hiekkaan ympyrän (halkaisijaltaan 35–50 cm) ja heittää snadin 6–10 metrin päähän ympyrästä. Snadin on

jäättävä vähintään yhden metrin päähän kaikenlaisista esteistä. Seuraavaksi aloittajajoukkue heittää ensimmäisen kuulansa yrittäen saada sen mahdollisimman lähelle snadia. Kuula saa myös osua snadiin ja jopa siirtää sen eri paikkaan. Heittäjän on seisottava ympyrän sisällä molemmat jalat maassa, kunnes kuula on koskettanut maata. Seuraavaksi heittää vastapuolen joukkueen joku pelaaja yrittäen saada oman kuulansa lähemmäksi snadia kuin vastustajan kuula. Kuulat saavat osua toisiinsa, joten heittäjä voi myös "kilkata" tai "ampua" vastapuolen kuulun kauemmaksi snadista. Joukkue heittää niin kauan, kunnes saa oman kuulansa lähemmäksi snadia kuin vastustajan lähin kuula. Heittovuoro on siis aina sillä joukkueella, kumman kuula on kauempana snadista. Kun toisen joukkueen kaikki kuulat on käytetty, heittää vastustaja jäljellä olevat kuulansa. Pelialueen reunaan osuneet ja ulkopuolelle menneet kuulat ovat "kuolleita" eli pois pelistä. Jos snadi kuolee ja vain toisella joukkueella on kuulia heittämättä, saa joukkue yhtä monta pistettä kuin kuulia on jäljellä, muutoin kierros hylätään. Kun kaikki kuulat on heitetty, lasketaan pisteet. Pisteet saa joukkue, jonka kuula on lähimpänä snadia. Joukkue saa niin monta pistettä, kuin heidän kuuliaan on lähimpänä snadia. Pisteet saanut joukkue aloittaa seuraavan heittokierroksen siltä paikalta, mihin edellinen kierros päättyi. Alkusarjat pelataan 10 pisteeseen tai kun 30 minuuttia tulee täyteen. Loppusarjoissa peli jatkuu niin kauan, kunnes toinen joukkue saa 13 pistettä ja voittaa pelin.

## **Pesäpallo**

**Osoite: Ukoniemen stadion, Ottelukatu 11**

Pesäpallo pelataan 9-12 henkilön sekajoukkueilla. Pelaavassa joukkueessa tulee olla aina vähintään kolme (3) naispelaajaa. Superpesiksen pelaajilla ei ole pelaamisoikeutta. Lukkarina ei saa toimia pelaaja, jolla on pesäpallotaustaa. Joukkueilla tulee olla pelivälineet ja kypärän käyttö on pakollista. Ottelut pelataan naisten rajoilla ja naisten pallolla.

Peliaika on 40 min. Tasavuorot (45min. 1 peli). Ulko- ja sisävuorot päätetään etukäteen. Sisävuorossa kaikki käyvät lyömässä kerran, jonka jälkeen automaattisesti tulee vuoronvaihto. Pesille juoksuista poltetaan, palosta juoksija joutuu pois kentältä (paloja ei kuitenkaan lasketa). Kopista etenijä haavoittuu ja joutuu pois kentältä.

Se joukkue, jolla on enemmän juoksuja, pääsee jatkoon. Jos peli on tasan vuorojen jälkeen, pelataan kotiutuslyöntikilpailu kolmella parilla; kolme juoksijaa ja kolme lyöjää. Juoksijat menevät jonoon kolmospesälle ja jokaisella lyöjällä on kolme lyöntiyritystä aikaa saada oma juoksija kotiin. Jos juoksija palaa lyöntiyritysten aikana, on seuraavan parin vuoro.

Suorasta voitosta joukkue saa kolme (3) pistettä. Kotiutuslyöntikisan voittaja saa yhden (1) pisteen. Turnaus pelataan yksinkertaisena sarjana, minkä jälkeen kaksi parasta joukkuetta pelaavat finaalipelin.

Peli- ja syöttötuomari tulee kisajärjestäjältä, pesätuomarit ja takarajatuomari joukkueista.

## **SAKUcooper**

**Osoite: Ukoniemen urheilukenttä, Kenttämiehenkuja 5**

## **Saappaanheitto**

**Osoite: Ukoniemen urheilukenttä, Kenttämiehenkuja 5**

Heittoväline Naisten sarjassa virallinen heittoväline on 38-numeroinen ja miesten sarjassa 43-numeroinen oikean tai vasemman jalan kumisaapas, josta varren suurempi on poistettu. Heittotyylillä ja tartuntaote saappaaseen on vapaa, mutta saappaan tulee olla heiton alussa ja ilmalennon aikana varsi suorana. Vartta ei esimerkiksi saa kääntää rullalle. Apuvälineet Paljaalla kädellä heitettäessä käteen voidaan pidon

parantamiseksi laittaa urheilussa yleisesti käytettyjä pitoaineita. Heittokädessä sää käyttää puhdasta käsinettä. Käsineen ulkopinnalle ei saa laittaa pitoaineita eikä teippiä. Heitto hyväksytään, jos saapas putoaa sektoriviivalle tai viivojen sisäpuolelle. Jokainen heitto on mitattava saappaan tekemästä lähimmästä maahantulojäljestä mittauspisteeseen. Heitto on mitätön, jos heittäjä millään ruumiinosalla koskettaa heittoviivaa tai astuu yli. Jokaisella kilpailijalla on käytössä neljä heittoa. Kaksi saapasta heitetään peräkkäin, joista pidempi heitto mitataan.

## **Puistosuunnistus**

**Osoite: Ukonniemen tekonurmikentän läheisyydessä, Kenttämiehenkuja 5.**

Mukaan ehtii vielä paikan päällä, jos et ole muistanut tehdä ennakoilmoittautumista!

# Aina kannattaa lähteä!

Tervetuloa Syyskisoihin.