



KILPAILUKUTSU UUDENMAAN PIIRIN HESE-KISAAN VIHDIN, NUMMELAAN MAANANTAINA 14.5.2018

(5.-6. luokkalaisten YLEISURHEILUN JOUKKUEKISA)

Paikka: Vihti, Nummelan urheilukenttä (Kuoppanummentie 22,03100 Nummela)

Ilmoittautuminen: 7.5.2018 mennessä osoitteessa: yleisurheilurekisteri.fi
palvelutunnus: 2018HESE

Osallistumismaksut: HESE-piirikisat ovat maksuttomia.

Osallistumisoikeus: Uudenmaan piirikisaan voivat osallistua kaikki alueen halukkaat luokkajoukkueet.

Hese-kisan lajit: **Sukkulaviesti 12 x 60 metriä**
Kuusi tyttöä ja kuusi poikaa juoksevat. Vaihto tapahtuu käsikosketuksella viirikepin takaa

Pituushyppy
Hypätään metrin ponnistusalueelta. Mittaus suoritetaan ponnistusjäljestä alastulojälkeen.

Keihäs (junnukeihäs 350g)
Keihästä heitetään yhdellä kädellä olkapään yli. Heittoon saa ottaa vauhtia.

Kierrosviesti 12 x rata kierros
Jokainen oppilas juoksee yhden kierroksen. Kierroksen pituus määräytyy kentän mukaan.

Kisa aloitetaan sukkulaviestillä ja päätetään jännittävään kierrosviestiin.

SUOMEN URHEILULIITTO



HESBURGER

Kisasäännöt

- kuuden tytön ja kuuden pojan joukkue kootaan samalta luokalta
- joukkueena voi olla 5.luokka, 6.luokka tai yhdysluokka 5-6
- pieniä luokkia voi yhdistää, jos yhteenlaskettu oppilasmäärä on 30 tai sitä pienempi
- yhdistäminen voi tapahtua siten, että viidensia voi yhdistää keskenään, kuudensia voi yhdistää keskenään ja yhdysluokkia voi yhdistää keskenään, mutta ei sekaisin (paitsi pienissä kouluissa, joissa se oppilasmäärän takia ainoa joukkueen muodostamisen mahdollisuus)
- Kenttälajeissa viiden tytön ja viiden pojan tulokset lasketaan yhteen joukkueen tulokseksi
- Viesteissä koko joukkue tekee joukkueen lajituloksen, 1 osuus/hlö.
- pituudessa ja junnukeihäessä on kaksi suoritusta (kolmas vain, jos ei tulosta)
- sukkulaviestissä sijoitus ajan perusteella
- Kierrosviestiin saa vaihtaa kaksi kilpailijaa saman sukupuolen omaaviin kilpailijoihin (joukkueen koko voi olla siis 14 henkeä)
- Voittaja on pienimmän pistemäärän saanut joukkue. Mikäli kisan lopputuloksissa kaksi tai useampi joukkueista päätyy tasapisteisiin, keskinäisten lajivoittojen määrä ratkaisee paremmuuden.

Palkinnot:

Piirikisan voittajajoukkue Hese – kisamitalit ja –tuotteet, piirikisadiplomi, osallistumisoikeus ja kutsu valtakunnalliseen finaaliin Tampereelle 22.5.2018. Suomen Urheiluliitto kustantaa joukkueen 16 henkilön majoituksen ja matkan esim. linja-autolla. Jos luokan mukaan lähtee useampia oppilaita tai huoltajia, heidän majoituksesta vastaa ko. koulu. Kolme parasta joukkuetta palkitaan. Pituushypyn ja keihäänheiton kolme parasta henkilökohtaista tulosta palkitaan. Kaikille Hese-kisajoukkueiden jäsenille Hesekisa - tuotteita.

Innokkaimmat kannustajat palkitaan, opettaja valitsee ennen kierrosviestin alkua omasta luokastaan yhden oppilaan parhaaksi kannustajaksi.

Joukkueen kisoihin tuonut opettaja saa henkilökohtaisen Hese-kisatuotteen.

Välipala

Kisoissa tarjotaan välipala, joka ei korvaa päivän aterialla, joten oppilaiden on syytä ottaa mukaansa kouluruokailun korvaavat eväät.

Aikataulu

9.00 – 9.45	Ilmoittautuminen kisa-infoon
9.45 – 10.00	alkuveryttely opettajajohtoisesti
10.00	avajaiset (joukkueet hölkkäävät avajaiskierroksen esittelyn aikana)
10.15	sukkulaviesti ja sen jälkeen lajit

Tervetuloa Hese-kisaan Vihdin Nummelaan!

Johanna Eurajoki

Kisavastaava

Vihdin Viesti

johanna.eurajoki@elisanet.fi

040-5597935

SUOMEN URHEILULIITTO



HESBURGER