

# SM-HALLIT



JYVÄSKYLÄ  
20.-21.2.2021



# TIETO. TAITO. **LIIKE.**

Liikuntapääkaupunki Jyväskylä haluaa tarjota Suomen parhaat olosuhteet liikkua, harrastaa ja urheilla. Niin huipulla kuin huvikseen. Tutkia ja opettaa sitä. Elää liikkeestä.

Meillä tieto, taito ja liike yhdistyvät maailmanluokan taidonnäytteiksi. Kuten loistaviksi urheilutapahtumiksi.

Liikuntapääkaupunki

JYVÄSKYLÄ



[jyvaskyla.fi/liikuntapaakaupunki](http://jyvaskyla.fi/liikuntapaakaupunki)

## **Tervetuloa SM-halleihin!**

Jyväskylä ja JKU isännöivät tämän vuoden SM-halleja Hipposhallissa 20.-21.2. Kisoille on nyt saatu lopullinen järjestämislupa, vaikka koronatilanne on aika ajoin ollut hankala ympäri maata ja myös Jyväskylässä. Yleisöä ei voida ottaa ja turvajärjestelyt ovat tiukat. Leviämisalueilta tulevilta urheilijoilta vaaditaan lisäksi tuore negatiivinen testitulos. Näistä löytyy lisätietoa näiltä kisasivuiltamme.

Kaksipäiväiset kisat tarjoavat varmasti kovia kamppailuja mestaruuksista ja mitaleista. Kärkiurheilijamme ovat päässeet harjoittelemaan syksyn hyvin ja kovia tuloksia ja useita Suomen ennätyksiä on lyhyellä hallikaudella jo ehditty nähdä. Positiivinen noususuhdanne suomalaisessa yleisurheilussa tuntuu jatkuvan. Erityismausteensa tämän vuoden kisoille tuo nyt SM-halleissa mukana olevat ottelut. Suomesta lähtenee iso joukko urheilijoita Puolan Torunin EM-halleihin ja vieläpä kovin tavoittein.

Hipposhallia on remontoitu kesällä näitä kisojakin varten ja juoksusuorat sekä seiväshyppy on nyt saatu komeasti areenan keskelle. Halli on yksi kolmesta maan virallisesta 200m halliradasta ja uudistuksen myötä selkeästi paras ja tunnelmallisin paikka kisajärjestämiseen Suomessa. Harmi, että yleisöä ei voida ottaa, mutta onneksi YLE välittää tapahtumat molempina päivinä. Parituntiset TV lähetykset kakkosella tulevat ulos illalla prime-time aikaan ja YLE Arenasta ovat seurattavissa kaikki iltapäivän tapahtumat liivenä ilman selostusta.

Tehdään kaikki yhdessä parhaamme, että saadaan turvalliset ja tasokkaat kisat ja rakkaan lajimme kuvaa jälleen kirkastettua!

Markku Koistinen  
pääsihteeri

# VALITSE MEIDÄT

kun haluat paikallisen ja luotettavan kiinteistönvälittäjän



Kiinteistönvälitys - LKV

# ENBERG

enberg.com, p. 0400 561 272, Asemakatu 10 B, Jyväskylä



# Monnarin

Lounaskahvila

[www.monnarinlounaskahvila.com](http://www.monnarinlounaskahvila.com)

**KAHVILA AVOINNA 20.-21.2.2021**

**Kello 8.00-18.00**

**Kisalounas noutopöydästä klo 10.30-17.00**

**hintaa 10,00 euroa**

**Lauantaina:**

Jauhelihakastike, pastaa , perunaa (laktoositon.)

Kanapataa ja Riisiä (Glut, L),

Kasvisrisotto (soijarouhe).

**Sunnuntaina:**

Lohikeitto, Kinkukiusaus, Kasviskiusaus.

**Sis. Salaattipöydän, leivät , levitteen ja ruokajuoman.**

TILAUKSET: 014 621 517

**TERVETULOA!**

URHEILUJOIDEN, VALMENTAJIEN JA MEDIAN  
SISÄÄNKÄYNTI (ovi C1)

URHEILUJOIDEN JA  
VALMENTAJIEN  
ULOSKÄYNTI (ovi B10)

Kanslia

Enstapu

Call room

- suijettu -

Media

Media

alkuerien jälkeä

Lepotila

WC

AVAUSEDOT ja VERRYTTELY

Mixed  
zone

LOPPUVERRYTTELY

kuula-  
valmentajat

Media

SM-hallit 2021

KORKEUS

M

M

SEIVÄS

PITUUS

PALKINTOJEN  
JAKO

3-LOIKKA

Valmentajat

korkeus-  
valmentajat

pituus-  
valmentajat

juoksu-  
valmentajat

loikka-  
valmentajat

- suijettu -

Valme-  
tarkastus

Ottelijoiden  
lepohuoneet

seiväs-  
valmentajat

korkeus-  
valmentajat

pituus-  
valmentajat

juoksu-  
valmentajat

loikka-  
valmentajat

- suijettu -

WC

Kahvio

TOIMITSLAJAT

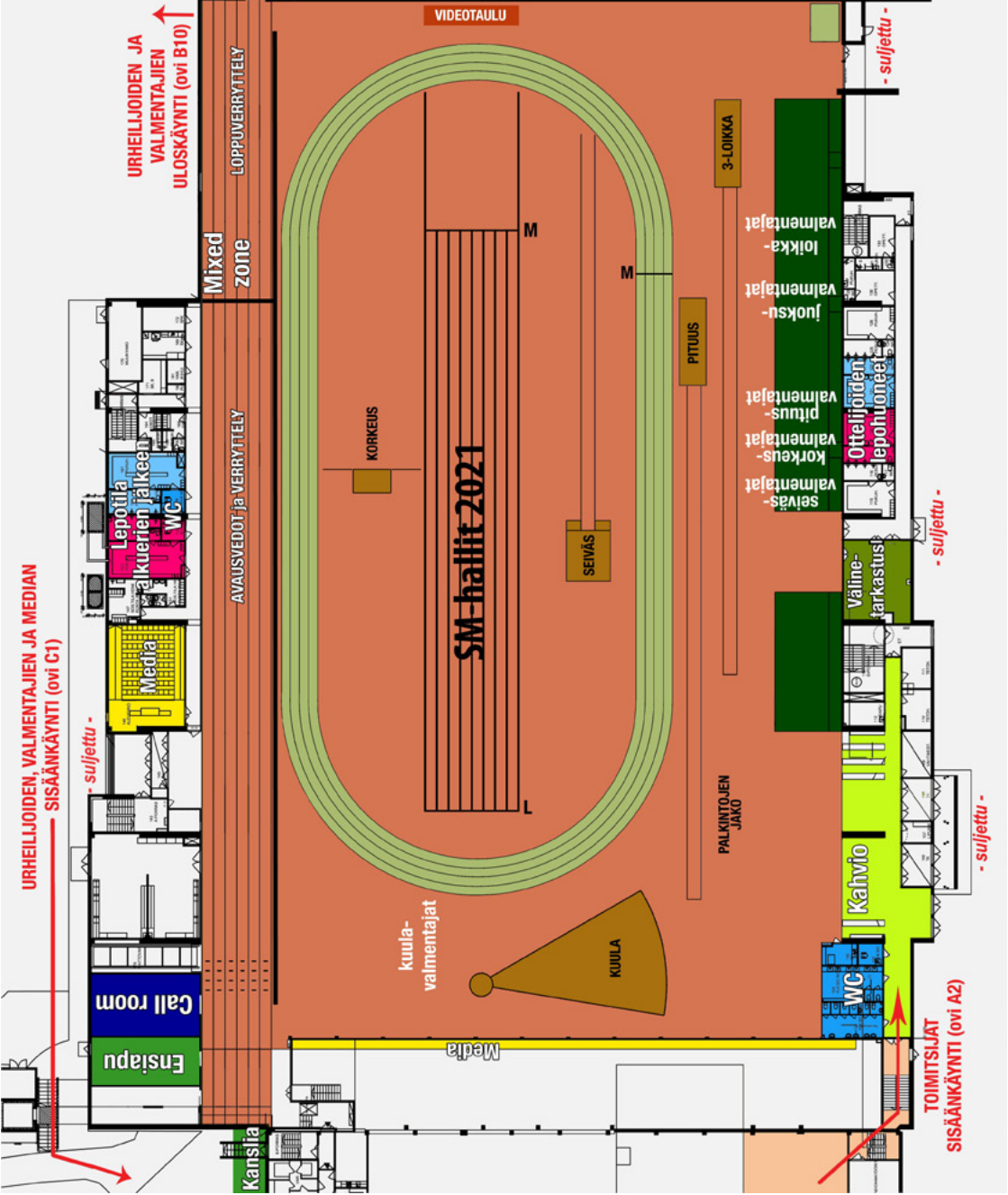
SISÄÄNKÄYNTI (ovi A2)

- suijettu -

- suijettu -

- suijettu -

VIDEOTAULU



# SM- HALLIT

## JKU-KIOSKIN HINNASTO

KAHVI	2.00 €
TEE	2.00 €
KAAKAO	2.00 €
MEHUTETRAT	1.00 €
LIMSAT	3.00 €
VICHY	2.50 €
GEISHA	1.00 €
TUPLA	1.50 €
LAKUT	2.50 €
MAKEAT KAHVILEIVÄT	1.50 €
RUIS / VAALEA EVÄSLEIPÄ (JUUSTO / KINKKU)	3.50 €
BANAANIT	1.00 €



# AIKATAULU

## Lauantai 20.2.

10:00 N 60 m aidat / 5-ottelu  
10:15 M 60 m / 7-ottelu  
10:40 N Korkeus / 5-ottelu  
10:50 M Pituus / 7-ottelu P2  
12:00 M Kuula / 7-ottelu  
12:50 Kilpailuiden avaus  
13:00 N 3000 m kävely  
13:05 N Pituus P2  
13:10 M Korkeus  
13:10 N Kuula / 5-ottelu  
13:15 N Seiväs  
13:30 M 5000 m kävely  
14:05 M 60 m alkuerät  
14:23 N 60 m alkuerät  
14:40 M Kolmiloikka P1  
14:45 N Pituus / 5-ottelu P2  
14:45 M 1500 m (1 erä)  
15:00 N 1500 m (1 erä)  
15:15 N 400 m  
15:30 M Korkeus / 7-ottelu  
15:45 M 400 m  
16:05 N 60 m loppukilpailu  
16:15 M 60 m loppukilpailu  
16:25 N 800 m / 5-ottelu

## Sunnuntai 21.2.

10:00 M 60 m aidat / 7-ottelu  
11:00 M Seiväs / 7-ottelu  
11:50 Kilpailupäivän avaus  
12:00 N 200 m alkuerät  
12:10 N Kolmiloikka P1  
12:15 N Kuula  
12:30 M 200 m alkuerät  
13:00 M 3000 m (A- erä)  
13:15 M 3000 m (B- erä)  
13:20 N Korkeus  
13:35 N 3000 m  
13:55 N 60 m aidat alkuerät  
14:00 M Pituus P2  
14:15 M 60 m aidat alkuerät  
14:20 M Seiväs  
14:25 M Kuula  
14:30 N 800 m  
14:45 M 800 m  
15:00 N 200 m loppukilpailu  
15:10 M 200 m loppukilpailu  
15:20 N 60 m aidat loppukilpailu  
15:30 M 60 m aidat loppukilpailu  
15:45 M 1000 m / 7-ottelu  
16:10 N 4x200 m  
16:30 M 4x200 m

---

## **Palkintojen jaon aikataulu**

### Lauantai 20.2.

14:25 M/N kävely  
14:45 N pituus, M korkeus  
15:40 M/N 1500m  
16:10 N seiväs, N 400m  
16:30 M 400m, M 3-loikka, M/N 60m,  
N 5-ottelu

### Sunnuntai 21.2.

14:10 N 3-loikka, N kuula  
15:00 M/N 3000m  
15:20 M/N 800m  
15:45 N korkeus, M/N 200m, M kuula,  
M pituus  
16:35 M/N 60m aj., M seiväs, , M/N viestit  
M 7-ottelu  
16:40 Kultainen juoksija





# Osallistujalistat

SE=Suomen ennätys, HH=Hipposhallin ennätys, SM-hke=SM-hallikisaennätys, SM-20=Suomen hallimestari 2020

PB=Urheilijan halliennätys (kiertävissä juoksuissa 200 metrin radalla tehty)

SB=Urheilijan kauden paras (kiertävissä juoksuissa 200 metrin radalla tehty)

Numerot 1-6 määräytyvät viime vuoden SM-hallien sijoitusten perusteella. (Pois lukien ottelu ja viestit.)

**KLIKKAA LAJIA, NIIN PÄÄSET KYSEISEN LAJIN NIMILISTAAN JA KILVEN KISAVINKKIIN**

- **Miehet 60 metriä**
- **Miehet 200 metriä**
- **Miehet 400 metriä**
- **Miehet 800 metriä**
- **Miehet 1500 metriä**
- **Miehet 3000 metriä**
- **Miehet 60 metrin aidat**
- **Miehet 5000 metrin kävely**
- **Miehet korkeus**
- **Miehet seiväs**
- **Miehet pituus**
- **Miehet kolmiloikka**
- **Miehet kuula**
- **Miehet 7-ottelu**
- **Miehet 4x200 metriä**
- **Naiset 60 metriä**
- **Naiset 200 metriä**
- **Naiset 400 metriä**
- **Naiset 800 metriä**
- **Naiset 1500 metriä**
- **Naiset 3000 metriä**
- **Naiset 60 metrin aidat**
- **Naiset 3000 metrin kävely**
- **Naiset korkeus**
- **Naiset seiväs**
- **Naiset pituus**
- **Naiset kolmiloikka**
- **Naiset kuula**
- **Naiset 5-ottelu**
- **Naiset 4x200 metriä**



# Luovuutta.

Haluatko seurata muiden jälkiä vai luoda oman polkusi? Ole oman elämäsi suunnannäyttävä ja hae JAMKiin, uuden sukupolven korkeakouluun. JAMKissa sinusta tulee asiantuntija, joka on valmis huomisen haasteisiin. Opinnoissasi sinua tukevat alan parhaat asiantuntijat. Saat samalla näköalapaikan tulevaan työhösi harjoittelussa ja projekteissa. Tervetuloa JAMKiin. Meillä luovuudelle ei laiteta rajoja, vaan ne rikotaan.

**Valitse AMK- tai YAMK-tutkinto.**

**Hae 17. - 31.3.2021**

 [jamk.fi/tutkinnot](https://jamk.fi/tutkinnot)

Luova suunnannäyttävä.  
Uuden sukupolven korkeakoulu.

**jamk**

## Miehet 60 metriä

**SE:** 6,58 Markus Pöyhönen HKV 4.3.03 Birmingham

**HH:** 6,60 Warren Fraser BAH, Theo Etienne GBR 2.2.16 **SM-hke:** 6,63 Markus Pöyhönen HKV 16.2.02 Tampere

**SM-20:** 6,80 Samuli Samuelsson IkaalU

**EM-halliraja:** 6,77

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Samuli Samuelsson	Ikaalisten Urheilijat	6,66	6,66
2	Samuel Purola	Oulun Pyrintö	6,69	6,67
3	Riku Illukka	Vantaan Salamat	6,79	6,79
4	Joonas Luotonen	IF Sibbo-Vargarna		6,80
5	Jonathan Brace	Borgå Akilles	6,89	6,87
6	Kalle Salminen	Joensuun Kataja	6,95	6,86
7	Eljas Aalto	IF Sibbo-Vargarna	7,05	6,98
8	Alexi Ala-Prinkkilä	If Kraft	6,89	6,88
9	Konsta Alatupa	Jyväskylän Kenttärheilijat	6,88	6,86
10	Mike Changala	Borgå Akilles	7,01	7,00
11	Tuukka Huuskola	Viipurin Urheilijat	6,93	6,86
12	Viljami Kaasalainen	Jyväskylän Kenttärheilijat	6,81	6,81
13	Niko Kangasoja	Oulun Pyrintö	7,07	7,07
14	Daniel Keane	Lahden Ahkera	6,96	6,96
15	Oskari Lehtonen	Nurmijärven Yleisurheilu	6,90	6,90
16	Erno Mehtonen	Savonlinnan Riento	6,92	6,90
17	Niilo Mustalahti	Seinäjoen Seudun Urheilijat	6,86	6,86
18	Ville Myllymäki	Kankaanpään Seudun Leisku	6,94	6,70
19	Viljami Parpala	Seinäjoen Seudun Urheilijat	7,06	7,06
20	Eerikki Pekkola	Ikaalisten Urheilijat	6,94	6,87
21	Arttu Peltola	Jyväskylän Kenttärheilijat	6,90	6,90
22	Kristian Peltola	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,15	7,05
23	Eeli Purola	Oulun Pyrintö	7,01	7,01
24	Eetu Rantala	Oulun Pyrintö	6,86	6,70
25	Roope Saarinen	Viipurin Urheilijat	6,83	6,83
26	Elias Sopo	Kuopion Reipas	7,16	7,02
27	Eino Vuori	Hämeenlinnan Tarmo	6,87	6,87

## Kilven kisavinkki M 60 m

Tällä hallikaudella omilla sekuntin kymmenyksillään ovat olleet jo EM-hallirajan rikkoneet Ikaalisten Urheilijoiden Samuli Samuelsson (6.66) ja Oulun Pyrintön Samuel Purola (6.69). 60 metrin pikapyrähdys on kuitenkin äärimmäisen herkkä laji, joten nähtäväksi jää, kuinka kamppoihin pystyy laittamaan esimerkiksi viime kesän 100 metrin mestari Viljami Kaasalainen (JKU). Mielenkiintoista myös nähdä, onnistuuko joku kärkikaksikon lisäksi rikkomaan EM-hallirajan.

**VIHERKAUPPA.FI**

**Yksi Suomen  
suurimmista  
puutarhaverkkokaupoista**



**Viherlandia**  
VIHERKAUPPA.FI

## Miehet 200 metriä

**HH:** 21,12 Samuel Purola OulPy 6.2.21

**SM-20:** 20,85+ Samuel Purola OulPy

**SE:** 20,72 Jonathan Åstrand IFKraft 9.2.13 Växjö

**SM-hke:** 21,21 Tommi Hartonen HIFK 23.2.03 Kuortane

21,21 Samuel Purola OulPy 18.2. Helsinki

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Samuel Purola	Oulun Pyrintö	21,12	21,11
2	Oskari Lehtonen	Nurmijärven Yleisurheilu	21,53	21,53
4	Roope Saarinen	Viipurin Urheilijat	21,24	21,24
6	Viljami Kaasalainen	Jyväskylän Kenttärheilijat		21,98
7	Eljas Aalto	IF Sibbo-Vargarna	21,80	21,80
8	Konsta Alatupa	Jyväskylän Kenttärheilijat	21,51	21,51
9	Tuomas Lehtonen	Liedon Parma	22,64	21,59
10	Matias Linkoaho	Helsingin Kisa-Veikot		21,99
11	Niilo Mustalahti	Seinäjoen Seudun Urheilijat	21,45	21,45
12	Tommi Mäkinen	Helsingin Kisa-Veikot		22,12
13	Elias Sopo	Kuopion Reipas		23,07
14	Pietari Valoranta	Jyväskylän Kenttärheilijat	22,36	22,36

## Kilven kisavinkki M 200 m

Miesten 200 metrillä kuumin kamppailu nähtäneen Samuel Purolan (Oulun Pyrintö) ja Roope Saarisen (Viipurin Urheilijat) välillä. Jyväskyläläisen yleisön kannattaa lisäksi kiinnittää huomiotaan Jyväskylän Kenttärheilijoiden kivenkovaan kakkosenmenijään, Konsta Alatupaan. Todellinen harmi, kun yleisö ei pääse livenä todistamaan, kun nämä pikajunat suuntaavat ryminällä Hipposhallin kallistettuihin kaarteisiin!

## Miehet 400 metriä

**HH:** 47,53 Kari Louramo TuUL 2.2.94

**SM-20:** 48,20+ Erik Back HIFK

**SE:** 47,09 Jussi Heikkilä ViipU 2.3.08 Fayetteville

**SM-hke:** 47,45 Jari Niemelä TuTo 7.2.87 Kuortane

**EM-halliraja:** 47,60

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Erik Back	Helsingfors IFK	48,33	48,05
5	Filiph Johansson	Gamlakarleby IF	49,66	48,79
7	Elias Jrad	Kenttärheilijat -58	49,29	49,29
8	Kalle Kompuinen	Liedon Parma		51,71
9	Tuomas Lehtonen	Liedon Parma		49,33
10	Matias Linkoaho	Helsingin Kisa-Veikot	48,70	48,70
11	Tommi Mäkinen	Helsingin Kisa-Veikot	48,60	48,60
12	Juho Pirskanen	Kuopion Reipas		49,52
13	Pekka Sinkkonen	Helsingfors IFK		49,99
14	Pietari Valoranta	Jyväskylän Kenttärheilijat		

## Kilven kisavinkki M 400 m

Jos tilastoihin on uskominen, niin kolme miestä, Erik Back (HIFK), Tommi Mäkinen (HKV) ja Matias Linkoaho (HKV) ratkaisevat mitalien kohtalon. Näistä Tommi Mäkinen voitti mestaruuden viime kesänä Turun Kalevan kisoissa, mutta hallissa Erik Backin tilasto aika on kuitenkin kovempi.



# Avoim sinulle. Avoim kaikille.

Avoim yliopisto on avoim kaikille, ilman pohjakoulutusvaatimuksia.

Se palvelee eri elämäntilanteissa ja osaamistarpeissa, kuten työelämän osaamisen kehittämisessä tai välivuoden aikana.

Avoimessa opiskelet Jyväskylän yliopiston opetussuunnitelmien mukaisia opintoja joustavasti verkossa.

**Työtön tai lomautettu: Opiskele maksutta vuonna 2021**



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
AVOIN YLIOPISTO

**AVOIN.JYU.FI**

## Miehet 800 metriä

**HH:** 1.50,38 Joonas Rinne SaariPu 6.2.21

**SM-20:** 1.50,66+ Joonas Rinne SaariPu

**SE:** 1.47,36 Markku Taskinen ViipU 12.3.78 Milano

**SM-hke:** 1.49,17 Ari Suhonen PorvUrh 8.2.87 Kuortane

**EM-halliraja:** 1.49,00

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Joonas Rinne	Saarijärven Pullistus	1.50,38	1.50,38
6	Lauri Hassi	Oriveden Ponnistus	1.56,04	1.55,36
7	Olli Ahlgren	Lahden Ahkera		1.59,17
8	Niklas Heikkilä	Kuusankosken Urheiluseura	1.54,40	1.54,40
9	Santtu Heikkinen	Lempäälän Kisa Yleisurheilu	1.51,54	1.51,54
10	Lassi Kuva	Lahden Ahkera		1.56,50
11	Ville Lampinen	Kenttärheilijät -58	1.50,73	1.50,20
12	Matias Mononen	Lahden Ahkera		2.01,38
13	Tuomas Puputti	IF Raseborg		1.56,95
14	Mikko Rahkola	Pudasjärven Urheilijat		1.55,66
15	Alex Rauhala	Vasa IS	1.55,31	1.54,92
16	Joni Virkkala	Gamlakarleby IF	1.55,71	1.55,71

## Kilven kisavinkki M 800 m

Miesten 800 metrillä on luvassa kutkuttava jännitysnäytelmä, kun Saarijärven Pullistuksen Joonas Rinne, Kenttärheilijät -58:n Ville Lampinen ja Lempäälän Kisan Santtu Heikkinen iskevät yhteen. Kolmikon kauden parhaat juoksut ovat alle puolentoista sekunnin sisällä. 200 metrin halliradalla ohittaminen on haastavaa, joten toivotaan, että kilpailun jälkeisiltä hylkäämisiltä vältytään.

## Miehet 1500 metriä

**HH:** 3.47,53 Andreas Bueno DEN 7.2.15

**SM-20:** 3.53,53 Samu Mikkonen JoensKa

**SE:** 3.38,16 Antti Loikkanen VuoksVe 12.3.78 Milano

**SM-hke:** 3.44,85 Antti Loikkanen SavonVie 16.2.85 Rovaniemi

**EM-halliraja:** 3.45,00

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Samu Mikkonen	Tampereen Pyrintö		3.50,19
2	Joonas Rinne	Saarijärven Pullistus	3.44,57	3.44,57
3	Panu Jantunen	Helsingin Kisa-Veikot		3.51,57
5	Konsta Hämäläinen	Joensuun Kataja	3.51,59	3.51,59
7	Samuel Auvinen	Joensuun Kataja		4.07,55
8	Tuure Haapanen	Turun Urheiluliitto	4.02,22	4.02,22
9	Niklas Heikkilä	Kuusankosken Urheiluseura	3.56,35	3.56,35
10	Santtu Heikkinen	Lempäälän Kisa Yleisurheilu	3.51,53	3.51,53
11	Samu Heikkinen	Lappeenrannan Urheilu-Miehet		3.58,71
12	Samuli Hussa	Limingan Niittomiehet		4.00,09
13	Otto Kaario	Jyväskylän Kenttärheilijät	3.58,90	3.58,90
14	Leevi Keronen	Lempäälän Kisa Yleisurheilu		
15	Aki Nummela	Helsingin Kisa-Veikot		3.57,31
16	Tuomas Puputti	IF Raseborg	4.01,62	4.01,45
17	Joni Virkkala	Gamlakarleby IF		4.14,41



## Kilven kisavinkki M 1500 m

Jos naisten 800 ja 1500 metrillä voittajasuosikki on selvä, sitä se on myös miesten tonnivotto-  
sella. Torunin EM-rajan jo taskuunsa hankkinut Saarijärven Pullistuksen Joonas Rinne päässee  
päämatkallaan helpolla, ellei sitten itse intoudu vauhtileikkelyyn. 1500 metriä on tunnettu  
taktisesta puolestaan, mistä syystä muiden mitalien kohtalo voi olla etukäteen hyvinkin utuinen.

## Miehet 3000 metriä

**HH:** 8.08,91 Jari Venäläinen LohjKV 27.2.94

**SE:** 7.52,97 Pekka Päivärinta TuUL 11.3.73 Rotterdam

**SM-20:** 8.18,16 Samu Mikkonen JoensKa

**SM-hke:** 7.55,0 Pekka Päivärinta TuUL 21.2.75 Turku

**EM-halliraja:** 8.00,00

		<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Samu Mikkonen		8.19,70
2	Martti Siikaluoma		8.23,57
3	Eero Saleva		8.12,10
4	Ossi Kekki		8.17,50
5	Miika Tenhunen		8.27,24
6	Hannu Granberg		8.07,18
7	Samuel Auvinen		8.54,88
8	Tuure Haapanen	9.00,23	8.51,32
9	Wilho Hautala		8.24,84
10	Tuomas Heikkilä		
11	Samu Heikkonen		8.49,29
12	Samuli Hussa		8.26,79
13	Konsta Hämäläinen		8.47,36
14	Antti Ihamäki	8.34,54	8.27,87
15	Otto Kaario		9.17,74
16	Jussi Karkkulainen		
17	Leevi Keronen		8.37,34
18	Aleksi Kivelä		
19	Mika Kotiranta		8.35,00
20	Aki Nummela		8.21,72
21	Jaakko Piesanen		8.16,36
22	Topi Raitanen		7.55,71
23	Akseli Ruohola	8.39,24	8.39,24
24	Niklas Wihlman	8.38,43	8.38,43
25	Juho Ylinen	8.44,87	8.44,87

## Kilven kisavinkki M 3000 m

HKV:n Topi Raitanen säntää paukusta kärkeen ja hoitaa mestaruuden helposti. Topilla on ha-  
lutessaan mahdollisuus myös EM-rajan (8:00.00) alitukseen. Muista mitalisijoituksista kamp-  
pailaan armottomasti ja mukana tässä kamppailussa on Saarijärven Pullistuksen Jaakko Pie-  
sanen.

## Miehet 60 metrin aidat

**HH:** 7,64 Elmo Lakka JKU 24.1.21

**SM-20:** 7,69 Elmo Lakka JKU

**SE:** 7,56 Arto Bryggare LUM 6.3.83 Budapest, 22.2.87 Lievin

**SM-hke:** 7,60 Arto Bryggare LUM 8.2.87 Kuortane

**EM-halliraja:** 7,88

---

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Elmo Lakka	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,64	7,64
2	Ilari Manninen	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,84	7,84
4	Pyry Santahuhta	Kankaanpään Seudun Leisku	8,18	8,18
5	Miska Sundberg	Jyväskylän Kenttärheilijat	8,19	8,12
7	Eelis Hirvinen	Kankaanpään Seudun Leisku	8,99	8,54
8	Joni Järvinen	Lahden Ahkera	8,52	8,52
9	Santeri Kuusiniemi	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,89	7,89
10	Juuso Peltola	Jyväskylän Kenttärheilijat		8,34
11	Otto Seppälä	Lamminpään Korpi	8,59	8,13

## Kilven kisavinkki M 60 m aitajuoksu

Miesten pika-aidat on Jyväskylän Kenttärheilijoiden hallintaa. Parhaimmillaan kaikki mitalit jäävät Jyväskylään ja Santeri Kuusiniemi liittyy Elmo Lakan ja Ilari Mannisen seuraan EM-kisareissulle. Suorituspaikoiltaan uudistetussa Hipposhallissa tämä keskelle hallia sijoitetulla juoksusuoralla juostava laji ei jätä kylmäksi!

## Miehet 5000 metrin kävely

**SE, HH, SM-hke:** 18:47.26 Valentin Kononen KorsKai 13.2.99 Jyväskylä

**SM-20:** 19.46.57 Veli-Matti Partanen LUM

---

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Veli-Matti Partanen	Lappeenrannan Urheilu-Miehet		19.16,3hot
2	Joni Hava	Espoon Tapiot		20.55,40ot
3	Jaakko Määttänen	Espoon Tapiot		21.03,58
4	Jarkko Kinnunen	Jalasjärven Jalas		19.37,74ot
7	Sajan Irincheev	Espoon Tapiot		23.28,69ot
8	Jere Niemi	Espoon Tapiot		23.14,95

## Kilven kisavinkki M 60 m aitajuoksu M 5000 m kävely

Vahvimpana voittajaehdokkaana matkaan lähtee Veli-Matti "Aku" Partanen (Lappeenrannan Urheilu-Miehet). Yhtä vahvana kakkossijoitettuna, mutta ehkä jo kuntoutumisjakson jälkeen yllätysvalmiina haastajaksi kisaan liittyy 10-kertainen suomenmestari Jarkko Kinnunen (Jalasjärven Jalas).

## Korkealaatuisia varainhoidon tuotteita ja palveluita

TITANIUM on suomalainen, pankki-ryhmistä riippumaton konserni, joka keskittyy rahastoihin, sijoitus- ja omaisuudenhoitopalveluihin sekä vakuutusedustukseen.

Tarjoamme joka päivä korkealaatuisia varainhoidon tuotteita ja palveluita asiakasta varten ja asiakkaan taloudelliseksi hyödyksi. Keskitymme ratkaisuihin, jotka tavoittelevat tasaista ja ennustettavaa tuottoa.



Rahastot



Omaisuudenhoito



Sijoitusneuvonta



Sijoitusvakuutukset

## Miehet korkeus

**HH:** 225 Osku Torro JKU 8.2.08

**SM-20:** 211 Daniel Kosonen TampPy

**SE:** 233 Osku Torro JKU 5.2.11 Tampere

**SM-hke:** 228 Oskari Frösen IFLänken 12.02.00 Kuopio

**EM-halliraja:** 228

---

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Daniel Kosonen	Tampereen Pyrintö	220	221
2	Arttu Mattila	Äänekosken Urheilijat		221
3	Matias Mustonen	Lempäälän Kisa Yleisurheilu	213	213
4	Valtteri Välimäki	Uudenkaupungin Kenttäkarhut	201	211
7	Ville Eikkula	Tampereen Pyrintö	198	208
8	Julius Kuusela	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	207	208

## Kilven kisavinkki M korkeus

Tällä kaudella valtikkaa on pidellyt varmalla otteella Tampereen Pyrinnön Daniel Kosonen. Todennäköisesti ainoa, joka voi pystyä Danielin hyppykisassa haastamaan, on Äänekosken Urheilijoiden Arttu Mattila, joka ei tällä kaudella ole vielä yhtään kilpailua hypännyt, mutta hänen ennätöksensä on kuitenkin kova 221.

## Miehet seiväs

**HH:** 555 Urho Kujanpää TampPy 19.2.17

**SM-20:** 540 Tommi Holttinen SomE

**SE:** 583 Jani Lehtonen KeskiUYU 8.3.94 Tukholma

**SM-hke:** 570 Asko Peltoniemi ValkHaka 17.2.91 Tampere

**EM-halliraja:** 572

---

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Urho Kujanpää	Tampereen Pyrintö	550	556
2	Tommi Holttinen	Someron Esa	540	555
3	Mikko Paavola	Alajärven Ankkurit	554	554
4	Juho Alasaari	Laihian Luja	521	525
6	Johan-Antti Kivilahti	Haapajärven Kiilat	501	531
7	Jere Keskinen	Vaasan Toverit	521	532
8	Anton Kunnas	IF Sibbo-Vargarna	465	522
9	Jami Siira	Tampereen Pyrintö	480	500
10	Eetu Turakainen	Turun Urheiluliitto	521	535

## Kilven kisavinkki M seiväs

Omaan tasoonsa nähden kovassa vireessä olevat seiväshyppääjämiehet Mikko Paavola (Alajärven Ankkurit) ja Urho Kujanpää (Tampereen Pyrintö) lähtevät mitteleämään mestaruudesta yhdessä Tommi Holttisen (Someron Esa) ja muiden hyppääjien kanssa. Toivottavasti miehet saavat sivutuotteena paranneltua omia ennätystsiään uusille senttiliuville.

## Miehet pituus

**HH:** 803 Eero Haapala IkaalU 17.2.13

**SM20:** 767 Topias Koukkula KangU

**SE:** 811 Eero Haapala IkaalU 26.1.13 Pori

**SM-hke:** 803 Eero Haapala IkaalU 17.2.13 Jyväskylä

**EM-halliraja:** 805

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
3	Julius Toivola	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,09	7,10
7	Pyry Keränen	Karkkilan Pojat	7,17	7,17
8	Simo Lipsanen	Lappeenrannan Urheilu-Miehet	7,66	7,76
9	Kristian Peltola	Jyväskylän Kenttärheilijat	6,98	6,98
10	Otto Pulkkinen	Imatran Urheilijat	6,72	6,79
11	Kalle Salminen	Joensuun Kataja	7,64	7,67
12	Kasper Vehmaa	Lappeenrannan Urheilu-Miehet	6,91	6,91

## Kilven kisavinkki M pituus

Viime kesänä Suomen ennätyksen hypänneen Kristian Pullin (Viipurin Urheilijat) jättäytyttyä pois, kisasta muodostuu näyttöpaikka muille hyppääjille. Mitaleista ovat kamppailemassa myös JKU:n Julius Toivola ja Kristian Peltola

## Miehet kolmiloikka

**SE:** 16.98 Simo Lipsanen LUM 10.2.19 Lievin

**HH, SM-hke:** 16.71 Simo Lipsanen LUM 18.2.2017

**SM-20:** 16.22 Simo Lipsanen LUM

**EM-halliraja:** 16.95

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Simo Lipsanen	Lappeenrannan Urheilu-Miehet	16,34	16,98
2	Ilkka Alingue	Janakkalan Jana	15,17	15,94
7	Aaro Davidila	Lapin Lukko		15,39
8	Ilpo Kantanen	Kuopion Reipas	14,64	15,08
9	Aapo Karvinen	Vammalan seudun Voima		14,87
10	Kristian Peltola	Jyväskylän Kenttärheilijat	13,76	14,35
11	Eemil Porvari	Hartolan Voima	14,47	14,47

## Kilven kisavinkki M pituus

Kolmiloikan mestaruus on pedattu LUM:n Simo Lipsaselle. Erittäin mielenkiintoista on nähdä tällä hallikaudella ensi kertaa kilpailevan Aaro Davidilan (Lapin Lukko) kunto. Joko Aarolta saadaan tiskiinkin 16 metriä ylittävä hyppy?

## Miehet kuula

**SE:** 22.09 Mika Halvari KemKu 7.2.00 Tampere

**HH:** 20.18 Arttu Kangas KanksLei 19.2.17

**SM-hke:** 21.29 Mika Halvari KemKu 13.02.00 Kuopio

**SM-20:** 18.68 Eero Ahola PorinYU

**EM-halliraja:** 20.85

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Eero Ahola	Porin Yleisurheilu		18,68
2	Arttu Kangas	Kankaanpään Seudun Leisku		20,30
5	Mikko Toiviainen	Loimaan Jankko	17,05	18,35
7	Arttu Korkeasalo	Lielahden Kipinä	18,30	18,30
8	Niklas Loukola	Seinäjoen Seudun Urheilijat	16,21	17,14
9	Panu Tirkkonen	Keiteleen Kunto	17,05	18,27
10	Jussi Tukeva	Jalasjärven Jalas	15,82	16,36

## Kilven kisavinkki M kuula

Viime vuonna Porin Yleisurheilua edustava, mutta Jyväskylässä harjoitteleva Eero Ahola onnistui voittamaan mestaruuden Kankaanpään seudun Leiskua edustavan Aaron Kankaan nenän edestä. Kesällä pronssille sijoittui Arttu Korkeasalo. Nyt kolmikko on jälleen suomenmestaruuskilpailuissa saman kuularingin ympärillä, joten karjahtelulta ei voitane Hipposhallissa välttää.

## Miehet 7-ottelu

**HH:** 5810 Vesa Rantanen VirtU 10.-11.2.01 **SE, SM-hke:** 6026 Petri Keskitalo OulPy 11.-12.2.95 Kuopio  
**SM-20:** 5516 Leo Uusimäki KU-58 **EM-halliraja:** top 12

---

		<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Juuso Hassi	Oriveden Ponnistus	5529
2	Joni Heikkinen	Oulun Pyrintö	
3	Petri Ihander	Keski-Uudenmaan Yleisurheilu	5190
4	Ville Kattelus	Ylihärmän Junkkarit	4730
5	Joonas Lapinkero	Jyväskylän Kenttärheilijat	
6	Jere Liskojärvi	Helsingin Tarmo	
7	Lassi Saarela	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	
8	Aleksi Salminen	Harjavallan Jymy	
9	Tarmo Savola	Lappajärven Veikot	

## Kilven kisavinkki M 7-ottelu

Yleisurheilun kuninkuuslajin halliversio, jonka mestaruudesta lähtee kamppailemaan 9 urheilijaa, mukanaan JKU:n nuori Joonas Lapinkero. Mestaruuteen Joonaksella tuskin kuitenkaan on vielä asiaa, mutta ehkä muutaman vuoden päästä? Tänä vuonna mestaruuskamppailussa kovimmin ovat mukana Juuso Hassi (Oriveden Ponnistus) sekä Petri Ihander (Keski-Uudenmaan Yleisurheilu).

## Miehet 4x200 metriä

**SE, HH, SM-hke:** 1.27,46 HKV (Sauli Pahlman, Tuomas Näsi, Vesa-Pekka Pihlavisto, Tommi Hartonen) 14.2.99  
**SM-20:** 2.19,35 EsboIF (Jonathan Brace, Tuukka Huuskola, Roope Saarinen, Oskari Möro) (4x300m)

---

- 1 Jyväskylän Kenttärheilijat 1
- 2 Jyväskylän Kenttärheilijat 2
- 3 Jyväskylän Kenttärheilijat 3

## Kilven kisavinkki M 4x200m

Kilpailujen päätösmatkana juostaan miesten 4 x 200 m, joka tulee olemaan JKU-näytöstä. Muut seurat eivät ole joukkuetta kasaan saaneet, joten JKU:n kolme joukkuetta lähtevät kisaan omin tavoittein: Ykkösjoukkueen tavoitteena on rikkoa HKV:n nimissä oleva seurajoukkueiden Suomen ennätys 1:27.46, joka on juostu Hipposhallissa vuonna 1999. Kakkos- ja kolmosjoukkueista on kasattu mahdollisimman tasaiset, jotta niissä juoksevat nuoret urheilijat saisivat arvokasta viestijuoksukokemusta kamppaillessaan toisiaan vastaan.

@kauppakeskuseppa



# VAUHTIA JA VOIMAA SEPÄSTÄ!

Meiltä löydät välineet ennätyksiin  
ja puitteet jälkipeleille.



kauppakeskuseppa **SEPPÄ** .fi

# Naiset 60 metriä

**HH:** 7,17 Simone Facey JAM 2.2.16

**SE:** 7,19 Lotta Kempainen HIFK 6.2.21 Helsinki

**SM-hke:** 7,22 Sisko Hanhijoki VesU 17.02.90 Turku,  
Sanna Hernesniemi TuUL 25.2.95 Tampere

**SM-20:** 7.33 Lotta Kempainen HIFK

**EM-halliraja:** 7,40

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Lotta Kempainen	Helsingfors IFK	7,19	7,19
2	Anna Pursiainen	Espoon Tapiot	7,54	7,45
3	Aino Pulkkinen	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,53	7,44
7	Olivia Ben Khalifa	Tampereen Pyrintö	7,77	7,67
8	Emmi Erikkilä	Raahen Vesa	7,77	7,77
9	Minea Fogelholm	Espoon Tapiot	7,73	7,73
10	Sara Francis	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,61	7,45
11	Julia Ihanntola	Espoon Tapiot	7,69	7,69
12	Jandeh Jallow	Oulun Pyrintö	7,81	7,61
13	Niina Karttunen	Savonlinnan Riento	7,89	7,71
14	Saara Keskitalo	Espoon Tapiot	7,78	7,53
15	Laura Koivisto	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,81	7,81
16	Riikka Kokko	Oulun Pyrintö	7,91	7,67
17	Anniina Kortetmaa	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,39	7,36
18	Karoliina Kujanpää	Valkeakosken Haka	7,65	7,65
19	Ilona Luoma	Tampereen Pyrintö	7,77	7,77
20	Katja Luukkola	Leppävaaran Sisu	7,78	7,78
21	Sanni Mahonen	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,64	7,60
22	Iida Pahtaja	Pohjan Koitto	7,76	7,76
23	Milla Pirkkalainen	Savonlinnan Riento	7,70	7,70
24	Veera Pudas	Veitsiluodon Kisaveikot	7,81	7,65
25	Senja Roos	Lahden Ahkera	7,74	7,74
26	Maria Räsänen	Lapinlahden Veto	7,70	7,39
27	Elisabet Salmela	Veitsiluodon Kisaveikot	7,65	7,65
28	Jasmin Showlah	Helsingfors IFK	7,80	7,43
29	Anni Siirtola	Helsingin Kisa-Veikot	7,56	7,56
30	Alina Strömberg	Larsmo IF	7,73	7,73
31	Sonja Stång	Kuivasjärven Aura	7,73	7,73
32	Emma Tainio	Paimion Urheilijat	7,65	7,65
33	Milja Thureson	Turun Toverit		7,42
34	Essi Vehmaa	Lappeenrannan Urheilu-Miehet	7,83	7,82
35	Aino Vuorjoki	Kuivasjärven Aura	7,64	7,60
36	Taru Väisänen	Oulun Pyrintö	7,87	7,84

## Kilven kisavinkki N 60m

Suurimmat odotukset kohdistuvat HIFK:n Lotta Kempaiseen, joka rikkoi helmikuun alkupuolella yli 30 vuotta vanhan Suomen ennätyksen juostuaan 60 metriä aikaan 7.19. Kahdeksan naisen finaalissa saattaa hyvinkin olla neljä Jyväskylän Kenttärheilijöiden juoksijaa, kun sekä Anniina Kortetmaa, Aino Pulkkinen, Sara Francis että Sanni Mahonen kuuluvat tilastoajoillaan kahdeksan parhaan joukkoon.



## Naiset 200 metriä

SE: 23,03 Sanna Hernesniemi TuUL 14.3.93 Toronto

HH, SM-hke: 23,32 Hanna-Maari Latvala JKU 17.02.13 Jyväskylä

SM-20: 24,14+ Aino Pulkkinen JKU

			SB	PB
1	Aino Pulkkinen	Jyväskylän Kenttärheilijat	24,42	23,98
2	Milja Thureson	Turun Toverit		24,02
3	Mette Baas	Veitsiluodon Kisaveikot		24,54
7	Frida Hämäläinen	Tampereen Pyrintö		25,02
8	Julia Ihantola	Espoon Tapiot		25,66
9	Anniina Kortetmaa	Jyväskylän Kenttärheilijat		24,36
10	Laura Loponen	Oulun Pyrintö		25,10
11	Katja Luukkola	Leppävaaran Sisu	25,17	25,17
12	Sanni Mahonen	Jyväskylän Kenttärheilijat	25,43	24,82
13	Pirkkita Marjanen	Porin Yleisurheilu		
14	Emma Mäkikallio	Pohjan Koitto		25,58
15	Anna Pursiainen	Espoon Tapiot	24,69	24,69
16	Maria Räsänen	Lapinlahden Veto	25,35	24,42
17	Elisabet Salmela	Veitsiluodon Kisaveikot		25,81
18	Heidi Salminen	Jyväskylän Kenttärheilijat	25,17	25,12
19	Alina Strömberg	Larsmo IF	24,87	24,87
20	Emma Tainio	Paimion Urheilijat	25,68	25,68
21	Taru Väisänen	Oulun Pyrintö		25,41

## Kilven kisavinkki N 200m

Milja Thureson (TuTo), Anniina Kortetmaa (JKU), ja Mette Baas (VKV). Siinä kolme nimeä, jotka ovat todennäköisimmin ratkaisemassa mitalien kohtaloa. Lisäjännitystä aiheuttaa se, ettei edellä mainituista yksikään ole kilpaillut 200 metrillä kuluvan hallikauden aikana. Viime kesän mestarina kotiradallaan juoksevalla Kortetmaalla lienee pieni etulyöntiasema muihin nähden.

## Naiset 400 metriä

SE: 52,37 Ella Räsänen TampPy 1.3.13 Göteborg

HH, SM-hke: 52,99 Ella Räsänen TampPy 16.02.13 Jyväskylä

SM-20: 55,59+ Eveliina Määttänen KeskiUYU EM-halliraja: 53,75

			SB	PB
2	Mette Baas	Veitsiluodon Kisaveikot		55,75
4	Milja Thureson	Turun Toverit		54,70
7	Sanna Erkinheimo	Lahden Ahkera		56,50
8	Riina Heikkonen	Lappeenrannan Urheilu-Miehet		58,68
9	Heini Ikonen	Jyväskylän Kenttärheilijat		58,56
10	Kiia Keinonen	Tampereen Pyrintö		59,23
11	Eerika Koivuniemi	Kauhavan Wisa		
12	Viivi Lehikoinen	Helsingfors IFK		55,27

13	Veera Mattila	Vammalan seudun Voima		
14	Essi Niskala	Kuivasjärven Aura		
15	Veera Perälä	Lahden Ahkera	57,30	57,30
16	Jenna-Emilia Piirainen	Pohjan Koitto		58,53
17	Pinja Pikkupeura	Helsingfors Ifk		59,90
18	Aino Pulkkinen	Jyväskylän Kenttärheilijat		54,98
19	Venla Saari	Jyväskylän Kenttärheilijat	59,70	59,70
20	Ilona Saarikunnas	Lahden Ahkera		
21	Heidi Salminen	Jyväskylän Kenttärheilijat	57,12	57,12
22	Meeri Salomaa	Esbo IF		57,74
23	Helmi Vuorimaa	Lahden Ahkera		60,47

### Kilven kisavinkki N 400m

Tilastotulosten perusteella tämän lajin voittajaa on lähes mahdotonta arvailla, sillä ainoastaan kolmelta juoksijalta löytyy tulos kuluvalta hallikaudelta. Tästä huolimatta voinee olla rauhaisin mielin veikatessaan voittajan löytyvän nelikosta Milja Thureson (TuTo), Aino Pulkkinen (JKU), Viivi Lehikoinen (HIFK), Mette Baas (VKV). Jyväskyläläisten lasien läpi tarkasteltuna voisi voittajasuosikiksi valikoitua Aino Pulkkinen siitäkin huolimatta, että Mette Baas voitti saman matkan mestaruuden viime kesänä.

### Naiset 800 metriä

**HH:** 2.03,48 Sara Kuivisto BorgåAk 6.2.21

**SE:** 2.03,29 Sara Kuivisto BorgåAk 13.2.21

**SM-hke:** 2.04,92 Marjo Venäläinen LahdA 14.2.99 Jyväskylä

**SM-20:** 2.10,40+ Nathalie Blomqvist IKFalken **EM-halliraja:** 2.05,50

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Nathalie Blomqvist	IK Falken		2.10,69
2	Heini Ikonen	Jyväskylän Kenttärheilijat	2.12,71	2.12,69
3	Ronja Koskela	Kuivasjärven Aura		2.14,13
7	Jonna Grandell	If Nykarlebynejden		2.09,40
8	Riina Heikkonen	Lappeenrannan Urheilu-Miehet		2.16,93
9	Kaisa Honkaharju	Kälviän Tarmo		2.14,84
10	Emilia Jousimaa	Lahden Ahkera		2.16,13
11	Kiia Keinonen	Tampereen Pyrintö		2.14,27
12	Sara Kuivisto	Borgå Akilles	2.03,29	2.03,29
13	Veera Mensonen	Maaningan Mahti		2.18,67
14	Ilona Mononen	Lahden Ahkera		2.14,13
15	Veera Perälä	Lahden Ahkera	2.15,71	2.13,28
16	Siiri Rainio	Jyväskylän Kenttärheilijat	2.11,29	2.11,29
17	Venla Saari	Jyväskylän Kenttärheilijat	2.12,53	2.12,53
18	Erika Utriainen	Veitsiluodon Kisaveikot		2.14,40
19	Helmi Vuorimaa	Lahden Ahkera		2.24,63
20	Viola Westling	Turun Urheiluliitto	2.12,22	2.12,22



***Olympiavuoden 2021  
Adidas Adizero  
uutuudet saatavilla***



**TUTUSTU UUTEEN  
VERKKOKAUPPAAMME  
URHEILU-SHOP.FI**



**URHEILU  
-SHOP.FI**

**Korventie 19, 68380 Yli-Ullava**



**0500 160 644**



**urheilu-shop@ullava.fi**

## Kilven kisavinkki N 800m

Tälle matkalle ei ole kuin yksi voittajasuosikki. Hän on tietenkin viime lauantaina 800 metrin ja sunnuntaina 600 metrin halli-SE:t juossut Sara Kuivisto (Borgå Akilles). Muista mitalisijoista käydään kova kamppailu, jossa ei voida unohtaa JKU:n Siiri Rainiota, Venla Saarta eikä Heini Ikosta.

## Naiset 1500 metriä

**SE:** 4.11,89 Sandra Eriksson IK Falken 19.2.15 Tukholma

**HH:** 4.21,46 Marjo Venäläinen LahdA 13.2.99 **SM-hke:** 4.17,32 Marjo-Riitta Lakka KouvUrh 12.02.84 Turku

**SM-20:** 4.23,13+ Nathalie Blomqvist IKFalken **EM-halliraja:** 4.17,00

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Nathalie Blomqvist	IK Falken	4.19,16	4.19,16
2	Ilona Mononen	Lahden Ahkera	4.27,29	4.27,29
4	Alisa Virtanen	Jyväskylän Kenttärheilijat		4.29,07
5	Mona Jäppinen	Helsingin Kisa-Veikot	4.36,79	4.36,79
7	Kaisa Honkaharju	Kälviän Tarmo		4.55,01
8	Noora Hyrynen	Viipurin Urheilijat		4.47,43
9	Emilia Jousimaa	Lahden Ahkera		
10	Emma Katajalaakso	Lahden Ahkera		4.42,06
11	Sara Kuivisto	Borgå Akilles	4.11,92	4.11,92
12	Veera Mensonen	Maaningan Mahti		4.42,28

## Kilven kisavinkki N 1500m

Sara Kuivisto hoitaneet tuplamestaruuden rutiininomaisesti, mutta lähteekö hän tavoittelemaan kolmen sadasosan päässä häämöttävää Sandra Erikssonin nimissä olevaa Suomen ennätystä? Entä pystyykö kakkossijoitettu Nathalie Blomqvist kääntämään EM-rajaa 4.17.00? Mitä tekee valojänis, entä pronssista kamppaileva Alisa Virtanen (JKU)?



- Roll upit • Banderollit • Beach flagit
- Katalogit • Esitteet • Julisteet
- Suoramainokset • Kirjat
- Postituspalvelut • Liikelahjat...



**Ja osaahan se Kari  
paljon muutakin...**



**KIRJAPAINO KARI**

Kauhatie 5, JYVÄSKYLÄ

**TOIMISTOTUKKU KARI/  
SUURMYYMÄLÄ**

Laukaantie 1, JYVÄSKYLÄ

## Naiset 3000 metriä

SE: 8.54,06 Sandra Eriksson IK Falken 7.3.15 Praha

HH: 9.15,51 Camilla Richardsson VasalS 3.2.18 SM-hke: 9.11,10 Ulla Tuimala Äänekü 23.2.03 Kuortane

SM-20: 9.18,40+ Camilla Richardsson VasalS EM-halliraja: 9.10,00

			SB	PB
2	Johanna Peiponen	Rovaniemen Lappi		9.44,16
3	Nina Chydenius	Gamlakarleby IF		9.51,66
4	Kaisa Tyni	Pyhtään Yritys		9.31,09
5	Mona Jäppinen	Helsingin Kisa-Veikot	10.07,09	
6	Taru Häyrinen	Mikkelin Kilpa-Veikot		11.00,97
7	Nerea Abrego	Helsingin Juoksijat - Helsinki	10.00,36	10.00,36
8	Tiina Alhonen	Vaajakosken Kuohu	10.29,57	10.29,57
9	Anna Haataja	Oulun Pyrintö	10.12,03	10.08,12
10	Iida Haataja	Oulun Pyrintö	10.19,92	9.59,43
11	Noora Hyrynen	Viipurin Urheilijat		
12	Laura Karkkulainen	Pyhäselän Urheilijat		
13	Emma Katajalaakso	Lahden Ahkera		
14	Pinja Kotinurmi	Lahden Ahkera		10.16,94
15	Laura Manninen	Kenttärheilijat -58		9.45,83
16	Satu Rautiainen	Koiviston Kipinä	10.06,26	10.06,26
17	Sara-Elise Ruokonen	Jyväskylän Kenttärheilijat		10.10,92
18	Johanna Sällinen	Turun Urheiluliitto	10.35,15	10.35,15
19	Alisa Virtanen	Jyväskylän Kenttärheilijat		10.05,26

## Kilven kisavinkki N 3000m

15 kierrosta 200 metrin rataa ympäri. Sen jälkeen tiedetään, kuka voittaa naisten 3000 metriä. Pyhtään Yrityksen Kaisa Tyni on tilastoissa voittajasuosikki, mutta varsinkin mikäli kilpailusta kehkeytyy taktiikkajuoksu, avautuvat voitonmahdollisuudet muillekin. Keskisuomalaisista urheilijoista mukana ovat Alisa Virtanen (JKU), Sara-Elise Ruokonen (JKU) sekä Vaajakosken Kuohun Tiina Alhonen.

## Naiset 3000 metrin kävely

SE: 12.06,10 Sari Essayah LapinVe 13.3.93 Toronto

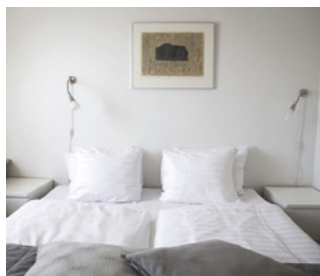
HH, SM-hke:: 12.17,81 Sari Essayah LapinVe 26.2.94 Jyväskylä

SM-20: 13.10,85 Anniina Kivimäki LapVi

			SB	PB
1	Anniina Kivimäki	Lapuan Virkiä		13.00,22
3	Heta Veikkola	Lapuan Virkiä		13.25,34ot
6	Elina Heikkinen	Oulun Pyrintö	14.40,31	14.04,60ot
7	Tiia Kuikka	Lappeenrannan Urheilu-Miehet		13.30,25ot
8	Venla-Nora Nirkkonen	Turun Weikot Yleisurheilu		15.24,72ot
9	Ellen Seisto	Espoon Tapiot		14.55,5h

## Kilven kisavinkki N 3000m

Vahvimmin mitalinsyrjässä ovat kiinni Lapuan Virkiän Anniina Kivimäki ja Heta Veikkola sekä Lappeenrannan Urheilu-Miesten Tiia Kuikka. Viime kesän Kalevan kisoissa 10000 metrin kävelymestaruuden vei nimiinsä Anniina Kivimäki.



## *Liikuntaa, lepoa ja hyvää ruokaa*

Tervetuloa Jyväsjärven rannalle Hotelli Albaan!  
Meillä majoitut turvallisesti, nautit runsaan aamiaisen, syöt maittavan lounaan ja illallisen. Loistavat ulkoilumahdollisuudet alkavat suoraan ulko-ovelta ja kaupungin aktiviteetit ovat vain muutaman minuutin ajomatkan päässä. Kaiken tämän lisäksi tarjoamme sinulle rauhalliset yöunet.



**TIEDUSTELUT JA VARAUKSET:**  
[info@hotellialba.fi](mailto:info@hotellialba.fi) tai 014 636 311

Ahlmaninkatu 4, 40100 Jyväskylä  
[www.hotellialba.fi](http://www.hotellialba.fi)



## Naiset 60 metrin aidat

**HH:** 7,99 Nooralotta Neziri TuUL 7.2.15

**SM-20:** 8,07 Nooralotta Neziri JKU

**SE:** 7,91 Nooralotta Neziri JKU 5.2.21 Berliini, 9.2.21 Lievin

**SM-hke:** 7,97 Nooralotta Neziri JKU, Reetta Hurske TampPy 17.2.19 Kuopio

**EM-halliraja:** 8,25

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Nooralotta Neziri	Jyväskylän Kenttärheilijat	7,91	7,91
3	Julia Enarvi	Jyväskylän Kenttärheilijat	8,60	8,24
4	Saara Keskitalo	Espoon Tapiot	8,42	8,39
6	Anni Siirtola	Helsingin Kisa-Veikot	8,12	8,12
7	Viivi Avikainen	Viipurin Urheilijat	8,45	8,32
8	Olivia Ben Khalifa	Tampereen Pyrintö	8,59	8,55
9	Reetta Hämäläinen	Lahden Ahkera	9,07	8,99
10	Nora-Julia Isoluoma	Jyväskylän Kenttärheilijat	8,65	8,65
11	Noora Juslin	Borgå Akilles	8,67	8,67
12	Niina Karttunen	Savonlinnan Riento	8,60	8,60
13	Tanja Kokkonen	Lappeenrannan Urheilu-Miehet	8,49	8,49
14	Amanda Kulju	Jyväskylän Kenttärheilijat	8,82	8,82
15	Janika Pulkkinen	Savonlinnan Riento		8,95
16	Janette Rinne	Helsingin Kisa-Veikot	8,58	8,58
17	Sonja Stång	Kuivasjärven Aura		8,56
18	Essi Vehmaa	Lappeenrannan Urheilu-Miehet	8,62	8,62
19	Lotta Vento	Turun Urheiluliitto	8,54	8,54
20	Vilma Väliharju	Tampereen Pyrintö	8,53	8,53

### Kilven kisavinkki N 60 m aitajuoksu

Yksi suomalaisen nyky-yleisurheilun kulmakivistä on ehdottomasti naisten pika-aitajuoksu. Tänä vuonna lajin kirkkainta kärkeä ei kuitenkaan nähdä halli-SM -kilpailuissa, kun viime vuoden suomenmestari Nooralotta Neziri (JKU) valmistautuu EM-kilpailuihin kilpakumppaninsa Reetta Hurskeen (TampPy) kanssa kovissa kansainvälisissä otatuksissa keräten samalla ranking-pisteitä ensi kesänä järjestettäviin Tokion olympialaisiin. Kun myöskään viime kesän mestari Annimari Korte (HIFK) ei ole viivalla, aukeaa mestaruussamat HKV:n Anni Siirtolalle, joka on myös alittanut EM-hallirajan.





## Naiset korkeus

**SE:** 194 Ella Junnila TampPy 14.2.21 Tampere

**HH, SM-hke:** 191 Linda Sandblom HIK 19.2.17

**SM-20:** 185 Laura Rautanen VilppVei

**EM-halliraja:** 196

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Laura Rautanen	Vilppulan Veikot		187
2	Heta Tuuri	Lahden Ahkera	183	188
3	Sini Lällä	Jyväskylän Kenttärheilijat	183	187
5	Elin Pajunen	Vasa IS	177	180
6	Viivi Voutilainen	Turun Urheiluliitto	176	182
7	Ella Junnila	Tampereen Pyrintö	194	195
8	Tuuli Järvinen	Keuruun Kisailijat	170	175
9	Neea Käyhkö	Savonlinnan Riento	170	178
10	Miia Lindholm	Helsingfors IFK	174	181
11	Venla Pulkkanen	Lahden Ahkera		178

## Kilven kisavinkki N korkeus

Tampereen Pyrinnön Ella Junnila on parantanut tällä hallikaudella Suomen ennätystä jo kahdesti ja on hallituloksellaan tällä hetkellä enää sentin päässä ulkoratojen Suomen ennätystensä. Näillä Perusteilla Ella on ehdoton voittajasuosikki Naisten korkeuskisaan. Muista mitalisijoista käytäneen kuumottava kamppailu hyväkuntoisen Sini Lällän (JKU) ja Heta Tuurin (Lahden Ahkera) kesken.



## Naiset seiväs

**HH:** 450 Angelina Zhuk-Krasnova RUS 7.2.15

**SM-20:** 460 Wilma Murto SalVil

**SE:** 471 Wilma Murto Salon Vilpas 31.1.16 Zweibrücken

**SM-hke:** 460 Wilma Murto SalonVil 16.2.20 Tampere

**EM-halliraja:** 461

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Wilma Murto	Salon Vilpas	451	471
2	Elina Lampela	Oulun Pyrintö	436	450
4	Pinja Koivumäki	Lauttakylän Luja	371	400
5	Emma Rovasalo	Hyvinkään seudun Urheilijat	385	385
7	Saga Andersson	Esbo IF	411	442
8	Tuuli Järvinen	Keuruun Kisailijat	371	385
9	Miisa Koskiaho	Karijoen Tappara	355	378
10	Minttu Koskiaho	Karijoen Tappara	385	400
11	Maria Kytölä	Nurmijärven Yleisurheilu	381	385
12	Vanessa Lindberg	Riihimäen Kisko	340	350
13	Fiinu Puustinen	Jyväskylän Kenttärheilijat	335	351

## Kilven kisavinkki N seiväs

Kovan ennätyksen (471) omaava Wilma Murto (Salon Vilpas) saa haastajakseen Oulun Pyrintön Elina Lampelan. Seiväshyppy jos joku, on laji missä mitä tahansa voi tapahtua. Tästä syystä tilastoja ei ikinä kannata liikaa tuijotella, vaan katsoa miten kisassa käy. Murron hypyn lähtiessä oikeille uomilleen, en EM-halliraja 461 myös täysin mahdollisuuksien rajoissa.

## Naiset pituus

**HH:** 634 Marika Salminen TurWei 6.2.93

**SM-20:** 614 Anne-Mari Lehtiö KU-58

**SE:** 678 Ringa Ropo HKV 19.2.91 Tukholma

**SM-hke:** 670 Ringa Ropo-Junnilla LauttLu 4.2.89 Tampere

**EM-halliraja:** 680

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Anne-Mari Lehtiö	Kenttärheilijat -58	6,16	6,24
4	Sini Sanaslahti	Kaipolan Vire	6,15	6,15
7	Henriikka Aaltonen	Vaasan Vasama	5,87	5,87
8	Katja Kangas	Pohjan Koitto	5,84	5,87
9	Taika Koilahti	Turun Weikot Yleisurheilu	6,46	6,46
10	Neea Käyhkö	Savonlinnan Riento	6,03	6,13
11	Nea Lento	Tampereen Pyrintö	5,80	6,24
12	Roosa Määttä	Kokkolan Veikot	5,97	6,31
13	Gia Reinholm	Jyväskylän Kenttärheilijat	5,83	5,99
14	Senni Salminen	Imatran Urheilijat	6,30	6,30
15	Jaana Sieviläinen	Joensuun Kataja	5,94	6,21
16	Aino Tapio	IF Sibbo-Vargarna	5,67	5,84
17	Essi Vehmaa	Lappeenrannan Urheilu-Miehet	5,81	5,81

## Kilven kisavinkki N pituus

Naisten pituushypyssä kovan tuloksen 669 toissakaudella hypännyt Taika Koilahti (Turun Weikot) on hankalan edelliskauden jälkeen löytämässä taas hyppyvirettään. Kun vastaan asettuu viime kesän mestaruuden tuloksella 656 napannut Senni Salminen (Imatran Urheilijat), voidaan kilpailusta odottaa kovatasoista.

**MEILLE KAIKKI  
OVAT HUIPPU-  
URHEILIJOITA**



URHEILU  

---

MEHILÄINEN

*@urheilumehilainen • urheilumehilainen.fi*

## Naiset kolmiloikka

**HH:** 13.87 Kristiina Mäkelä OrimJy 19.2.17

**SM-20:** 13.80 Senni Salminen ImU

**SE:** 14.38 Kristiina Mäkelä OrimJy 8.2.19 Madrid

**SM-hke:** 13.96 Heli Koivula-Kruger KauhajKa 21.2.04 Helsinki

**EM-halliraja:** 14.30

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Senni Salminen	Imatran Urheilijat	13,76	13,83
2	Emma Pullola	Vaasan Vasama		13,43
3	Tilda Lipasti	Helsingfors IFK	12,27	12,82
4	Elina Kostiaainen	Vihdin Viesti	12,80	13,03
5	Ella Nisula	Kuivasjärven Aura	12,48	12,70
7	Wilhelmiina Harju	Jyväskylän Kenttärheilijat	12,21	12,35
8	Pinja Kössi	Paimion Urheilijat	12,06	12,06
9	Janita Leppäranta	Kristiinan Urheilijat	12,21	12,21
10	Roosa Mähönen	Jyväskylän Kenttärheilijat	12,21	12,21
11	Milla Pirkkalainen	Savonlinnan Riento	12,25	12,25
12	Iloona Ruohola	Turun Urheiluliitto	12,54	12,54

## Kilven kisavinkki N kolmiloikka

Pituushypyn onnistuessa Senni Salmisella pitäisi olla helppo homma varmistaa itselleen tuplamestaruus. Tuloksellisesti Senni varmasti pyrkii lähemmäs 14 metrin rajaa, mielellään ylikin.

## Naiset kuula

**HH:** 17.11 Anna Rauhala HankasHa 13.2.99

**SM-20:** 15.95 Senja Mäkitörmä

**SE:** 17.84 Asta Ovaska RuotsKi 23.3.86 Madrid

**SM-hke:** 17.48 Asta Ovaska RuotsKi 17.02.90 Turku

**EM-halliraja:** 18.20

			<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Senja Mäkitörmä	Varpaisjärven Vire	17,30	17,30
2	Eveliina Rouvali	Kuopion Reipas	16,45	16,50
3	Jessica Meriheinä	Liljendal IK	13,65	15,12
4	Henna Sallinen	Savonlinnan Riento		15,23
6	Linn Sund	Vasa IS	12,59	13,53
7	Kaisa Kymäläinen	Oriveden Ponnistus	16,20	16,20
8	Helena Leveelahti	Virtain Urheilijat	14,04	15,36
9	Tiia Tirkkonen	Keiteleen Kunto	12,12	13,30
10	Annukka Vainonen	litin Pyrintö	14,09	14,09

## Kilven kisavinkki N kuula

Naisten kuulantyyntö tulee mitä ilmeisimmin olemaan Varpaisjärven Vireen Senja Mäkitörmän näytöstä. Senja on tänä vuonna parantanut aiempaa halliennätystään jo reilulla metrillä ja lisää on vielä tulossa.



eurofins



**SAMILA**  
— CAPITAL —

## Naiset 5-ottelu

**HH:** 4538 Tiia Hautala PorinYU 9.2.98

**SM-20:** 3905 Jessica Rautelin EsboIF

**SE:** 4580 Tiia Hautala PorinYU 25.2.00 Gent

**SM-hke:** 4554 Tiia Hautala PorinYU 8.2.97 Turku

**EM-halliraja:** top 12

---

		<b>SB</b>	<b>PB</b>
1	Hertta Heikkinen	Joensuun Kataja	4096
2	Maria Huntington	Tampereen Pyrintö	
3	Vilma Itälina	Tampereen Pyrintö	
4	Eucabeth Kivikangas	Alajärven Ankkurit	
5	Laura Lepistö	Porin Yleisurheilu	3436
6	Amanda Liljendal	Borgå Akilles	3701
7	Minttu Mattinen	Lappeenrannan Urheilu-Miehet	3623
8	Jessica Rautelin	Esbo If	3905
9	Miia Sillman	Tampereen Pyrintö	4303

## Kilven kisavinkki N 5-ottelu

Naisten moniottelu on viime vuosina nostanut päätään ja Tampereen Pyrinnön Maria Huntington on noussut kutkuttavan lähelle Suomen ennätyspisteitä ulkoradoilla 7-ottelussa. Hallissa kilpailtavasta 5-ottelusta Marialla ei ole aiempaa tulosta, joten on todella mielenkiintoista nähdä, miten lähelle Tiia Hautalan 4580 pistettä päästään. Unohtaa ei missään nimessä voi myöskään Miia Sillmania (TamPY), joka on muun muassa 2019 hallimestari.

## Naiset 4x200 metriä

**SE, SM-hke, HH:** 1.37,53 HIFK (Lotta Kemppinen, Nea Mattila, Jasmin Showlah, Viivi Lehikoinen) 19.2.17

**SM-20:** 2.40,51+ JKU (Heidi Salminen, Emmi Mäkinen, Hilma Kinnunen, Aino Pulkkinen) (4x300m)

- 1 Espoon Tapiot
- 2 Jyväskylän Kenttärheilijat 1
- 3 Lahden Ahkera
- 4 Lappeenrannan Urheilu-Miehet
- 5 Oulun Pyrintö
- 6 Tampereen Pyrintö
- 7 Veitsiluodon Kisaveikot
- 8 Jyväskylän Kenttärheilijat 2
- 9 Jyväskylän Kenttärheilijat 3

## Kilven kisavinkki N 4x200m

Kilpailut kruunaa 200 metrin radalla juostuna äärimmäisen vauhdikas ja joskus vaarallinenkin 4 x 200 metrin viesti. Jyväskylän Kenttärheilijat lähtee kisaan kolmella joukkueella, mutta vastaan asettuu useita kovia joukkueita. Erityisesti Veitsiluodon Kisaveikkojen joukkue vaikuttaa ennakoita hyvinkin iskukykyiseltä. Halli-SM -kilpailun yhteydessä juostavan viestin haasteena on usein kuitenkin juoksijoiden juoksu kykyisyys intensiivisen kisaviikonlopun päälle, joten tilanteet voivat ennakoavisteluista muuttua vielä paljon.

Finlandia  
MARATHON  
JYVÄSKYLÄ



# Finlandia Valmennusryhmä

Tähtäätkö Finlandia Marathonille (42, 21 tai 10 km)? JKU:n ja Sports Lab Jyväskylän Finlandia valmennusryhmässä harjoitat kestävyyskuntoasi tehokkaasti. Ryhmä sopii myös aloittelijoille.

## Valmennusryhmämaksun sisältö:

- Kestävyysjuoksijan kuntotesti ryhmän alussa ja lopussa
- Harjoitusohjelma kuntotestin perusteella
- 20 monipuolista yhteisharjoitusta ja 6 teorialuentoa
- Fysioterapeutin askelanalyysi + juokсутekniikkaharjoitus
- Osallistuminen Finlandia Marathonille puoleen hintaan 17.-18.9.2021

**Kesto 6 kk. Saatavilla myös henkilökohtaisia lisäpalveluita erillisen hinnaston mukaisesti.**

**59e/kk**

Ohjelma alkaa viikolla 14.

Ilmoittautumiset 28.3.2021 mennessä:  
[jku.fi/finlandia-valmennusryhma](http://jku.fi/finlandia-valmennusryhma)

## Aikuisten urheilukoulu

Aikuisten yleisurheilukoulu on matalan kynnyksen toimintaa, johon on tervetulleita kaikki yli 20 vuotiaat aikuisliikkujat. 16 harjoitusta voi ottaa erillisinä 4 vkon jaksoina tai voit valita kaikki osiot

**vkot 12-15 kestävyysjuoksukoulu**  
**vkot 16-19 heittokoulu**  
**vkot 20-23 pikajuoksukoulu**  
**vkot 24-27 hyppykoulu**

Ilmoittautumiset 7.3.2021 mennessä:  
[jku.fi/aikuisurheilu](http://jku.fi/aikuisurheilu)



eazybreak Edened smartun pay ePassi

**Kaikki Kunnossa! – JKU.fi**