



Konsta Alatupa ©Esa Jokinen

Kesän kisakausi alkamassa, Harjulla tiivis kisarupeama!

Tuleva kesä on yleisurheilun arvokisojen osalta erittäin mielenkiintoinen, sillä EM-kilpailut kilpaillaan kesäkuussa ja olympialaiset elokuussa. Kalevan kisatkin ovat tänä vuonna jo kesäkuun lopulla. Tämä vaatii urheilijoilta huippukuntoa jo kauden alussa, jotta mahdolliset arvokisojen tulosrajat saadaan tehtyä tai kerättyä rankingpisteitä, joilla arvokisapaikan voi myös lunastaa.

Harjulla kilpailukausi starttaa 15.5. Harju Cupin merkeissä ja siitä viikon kuluttua, 22.5., kilpaillaankin jo kova kansainvälinen Motonet GP-kilpailu. JKU:n omat kärkiurheilijat näkyvät varmasti isolla joukolla kentällä ja pyrkivät tekemään huippusuorituksia muiden urheilijoiden kirittäessä vierellä.

Harjulla päästään viettämään lähes normaali kilpailu- ja harjoituskesä, sillä Harjun tuleva remontti alkaa vasta kesän lopussa. Tehdään tästä kesästä ikimuistoinen!



©lina Kautto

Motonet GP:n lipunmyynti käy vilkkaana - varmista paikkasi katsomossa nyt!

Kansainvälinen huippuyleisurheilukisa Motonet GP kilpaillaan Harjulla 22.5.

Harjun kilpailu avaa Motonet GP-kisasarjan. Varmista paikkasi katsomossa ostamalla liput nyt lippukaupasta!

[Lue lisää](#)



Pessi Lyyra ©Esa Jokinen

JYU avoin yliopisto: Pessi Lyyra pohtii oppimista ja urheilua blogissaan

Tekisi niin mieli – mutta ei pysty! Toipuvan urheilijan kohdalla se voi tuntua musertavalta. Korvaavia ilonaiheita pitää hetken etsiä muualta kuin kentältä. Sinnikkyydellä ja uusiin tavoitteisiin sitoutumisella kammetaan matkan suunta takaisin eteen- ja ylöspäin. Avoimen yliopiston psykologian yliopistonopettaja ja aikuisurheilija Pessi Lyyra haluaisi vielä hypätä. Hän pohtii oppimista ja urheilua avoimen blogissa.

[Lue lisää](#)





Santeri Kuusiniemi, Antti Mero jr. ja Ilari Manninen

TEAM-JKU terveiset Teneriffan leiriltä!

Team-JKU on saapunut isolla joukolla Teneriffan lämpöön virittelemään kuntoaan kohti superkesää. Kelit ovat Teneriffalla aina kohdillaan. Vettä sataa todella harvoin ja lämpötila on kylmimmilläänkin erittäin sopiva harjoitteluun.

Suomen Urheiluliitto järjestää täällä viime vuoden tapaan maajoukkueleirin osalle yleisurheilun lajiryhmistä. Team-Finland ja maajoukkue-tason urheilijoille on tarjolla lihahuoltoa, Kihun testauspalveluita ja muuta harjoittelua palvelevaa tukea. Paikalla JKU:sta on Elmo Lakan ja Nooralotta Nezirin lisäksi mm. Antti Meron aitureita, Petteri Jousteen pikajuoksijoita, Jesse Jokisen otteluporukkaa, Seppo Haaviston korkeushyppääjiä, Vesa Rantasen ryhmää jne - kaiken kaikkiaan pitkälti yli toistakymmentä JKU:n urheilijaa.

Monilla leiri on edennyt jo yli puoliväliin tai loppusuoralle, mutta oman ryhmäni kanssa tänne vasta tultiin. Seuraavat viikot rakennetaan rautaista kesän kuntoa.

Harjoittelemisiin
-Antti jr.



Ajankohtaista:



Kesän urheilukouluihin ilmoittautuminen on auki

Lasten liikuntaleikkikouluun, urheilukouluun, kortteluurheilukouluun sekä kilpaurheilukouluun ilmoittautuminen on auki 12.5.2024 asti. Lue alta lisätietoja ja tule mukaan monipuoliseen ja kehittävään harrastukseen!

Tutustu vaihtoehtoihin ja tule mukaan!



©Esa Jokinen

Parayleisurheiluun ilmoittautuminen on auki

Lasten ja nuorten parayleisurheilukouluihin ilmoittautuminen on auki 12.5.2024 asti. Lue alla olevan linkin kautta lisää toiminnasta ja tule kokeilemaan paratoimintaamme!

Lue lisää ja tule mukaan!



3. tason lajinjohtajakoulutus

Keski-Suomen Yleisurheilu ry ja JKU järjestävät 3-tason lajinjohtajakoulutuksen torstaina 25.4.2024 klo 17.00 - noin 20.30 JKU:n loungessa.

Ilmoittaudu 22.4. mennessä mukaan:

Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan!



©Esa Jokinen

Alkukauden kilpailukalenteri Jyväskylässä:

9.5. Heittokisa, Viitaniemi
15.5. Harju Cup 1, Harju
22.5. Motonet GP, Harju
5.6. Pm-ottelut, Harju
19.6. Harju Cup 2, Harju
26.6. Seuracup 1, Harju

Jyväskylän Kenttärheilijät ry
jku.fi | toimisto@jku.fi | 014-218031
Monitoimitalo, Kuntoportti 3, 40700 Jyväskylä

