

***Special
Olympics
Finland***



1/2024



***Special
Olympics
Finland***



so_finland



SpecialOlympicsFinland



SO_Finland



Special Olympics Finland -johtoryhmä

Riikka Pyykkö (pj)
Sami Korhonen
Matti Putila
Pirjo Pellikka
Kimmo Aalto
Anu Stör
Sari Sepponen
Julia Fonsén
Mika Hänninen
Leena Tynnilä
Helvi Hellsten
Elina Ahtiainen
Timo Pelkonen

JULKAISIJA Suomen Paralympiakomitea

KUVAT Touho Häkkinen, Jasmin Koskinen,
Teemu Lakkasuo, Timo Mäkyne, EräViikingit,
Milla Vahtila, Elina Ahtiainen.

ILMOITUKSET JA TAITTO Scanetto Oy,
puh. 09 782 097, laskutus@scanetto.fi,
www.scanetto.fi

PAINOPIIKKA Savion Kirjapaino Oy, Kerava

- 6** Pääkirjoitus
- 8** Mistä Special Olympicsissa on kyse?
- 10** Special Olympics -uutisia
- 16** Nea Tillin yleisurheilu-ura etenee kohti uusia tavoitteita
- 19** Tauko teki hyvää – Jusa Jokiniemi palasi ottelemaan Berliinin kisavuoden jälkeen
- 21** Soveltavaa telinevoimistelua kehitetään vauhdilla
- 25** Special Olympics Sports Festival Tanskan Frederikshavnissa
- 27** Matka kohti Torinon 2025 Special Olympics -talvimaailmankisoja etenee
- 28** Tulevat kilpailut ja leirit



**Special
Olympics**
Finland

Urheilijan terveyden pyhä kolminaisuus

Heippa kaikille! Mietin tähän kirjoitukseen aihetta, ja sain hyvän vinokin puhua urheilijan terveydestä (kiitos siitä Helville). Kyseessä onkin tärkeä aihe, josta mielestäni puhutaan liian vähän.

Urheilijan terveyden pyhä kolminaisuus muodostuu terveellisestä ruokavalioista, riittävästä unesta ja hyvästä harjoittelusta.

Ruokavalion osalta urheilijan pitää huolehtia riittävästä, säännöllisestä ja terveellisestä syömisestä. Hyvään ruokavalioon kuuluu muun muassa paljon vihanneksia, kasviksia ja kuituja. Pitää myös muistaa säännöllinen ateriarytmi, mikä tarkoittaa, että pitäisi syödä noin 2–4 tunnin välein. Yhteensä viisi ateriaa päivässä on hyvä määrä.

Aterioilla kannattaa pyrkiä noudattamaan lautasmallia. Hyvä lautasmalli kuuluu:

- puolet lautasesta **kasviksia** (raasteet, salaattit, lämpimät kasvislisäkkeet)

- noin neljännes lautasesta (puolesta puolet) **hiilihydraatteja** (perunaa, riisiä, pastaa tai muita viljavalmisteita)

- noin neljännes lautasesta **proteiinia** (kalaa, lihaa tai munaruokia, jotka voi korvata myös palkokasveilla, pähkinöillä tai siemeniä sisältävällä kasvisruoalla)

Ruokajuomaksi suosittelen rasvatonta maitoa, piimää tai vettä, ja hyvään ateriaan kuuluu myös täysjyväleipä sipaisulla kasvismargarinilevitettä. Maitovalmisteen ja jälkiruoan voi jättää myös välipalaksi. Lisäksi on tärkeää huolehtia päivittäisistä vitamiineista, että kaikki arvot pysyvät hyvinä.

Riittävä uni on kaiken A ja O. Urheilijoille suositellaan vähintään 7–9 tuntia unta vuorokaudessa, mutta heille, jotka treenaavat useita tunteja päivässä on suositeltavaa nukkua jopa 10 tuntia vuorokaudessa.

Liikkumisessa kannattaa omien treenien ohella hyödyntää myös arkiliikuntaa. Hissin sijaan kannattaa valita rappuset, jos vain mahdollista, ja jos kuljettavana on lyhyt matka paikasta toiseen, esimerkiksi bussin sijaan on hyvä reippailla ja ottaa matka hyötyliikunnan kannalta.

Tällä kertauksella toivotan terveellistä urheiluvuotta kaikille Special Olympics -toiminnassa mukana oleville!

JULIA FONSEN

Special Olympics -johtoryhmän urheilijajäsen



MISTÄ SPECIAL OLYMPICSISSA ON KYSE?

Special Olympics on kehitysvammaisten henkilöiden urheilujärjestö. Sen tehtävänä on järjestää urheilu- ja liikuntatoimintaa lapsille ja aikuisille, joilla on kehitysvamma.

Suomessa Special Olympics -toimintaan voivat osallistua myös muut henkilöt, joilla on erityisen tuen tarve. Lisäksi osassa lajeista järjestetään Unified-toimintaa, jossa vammattomat partneriurheilijat voivat harrastaa ja kilpailla yhdessä Special Olympics -urheilijoiden kanssa.

Special Olympics -järjestön on perustanut **Eunice Kennedy Shriver** vuonna 1968 Yhdysvalloissa. Kennedy Shriver oli Yhdysvaltain presidentin **John F. Kennedyn** sisko.

Suomeen Special Olympics saapui vuonna 1990. Nyt Special Olympics Finland on osa Suomen Paralympiakomitean toimintaa.

Special Olympics -toimintaan pääsee mukaan oman urheiluharrastuksensa kautta. Harrastaa voi esimerkiksi urheiluseurassa, vammaisyhdistyksen ryhmässä, kunnan järjestämässä ryhmässä, asuntolan tai toimintayksikön kaverien kanssa tai oman perheen parissa.

Jos kilpaileminen kiinnostaa, seuraava askel harrastamisessa on osallistua avoimille Special Olympics -leireille ja oman lajin kilpailuihin. Leireillä käymisen ja Suomessa kilpailemisen jälkeen on mahdollista päästä mukaan ulkomailla järjestettäviin Special Olympics -kisoihin.

Leireistä ja kilpailuista löydät lisää tietoa osoitteesta **www.specialolympics.fi**

Special Olympics -kesämaailmankisat järjestetään neljän vuoden välein. Samoin myös Special Olympics -talvimaailmankisat. Maailmankisat on kehitysvammaisten urheilun suurin tapahtuma.



Special Olympics -kilpailujen erityispiirre on kilpailujärjestelmä, joka mahdollistaa sen, että vaikeavammaisemmatkin urheilijat pääsevät kilpailemaan mielekkäästi mitaleista.

Ennen varsinaista kilpailua järjestetään niin kutsutut tasoluokittelut. Ne ovat ikään kuin alkuerät, joiden perusteella osallistujat jaetaan noin 3–8 urheilijan tai joukkueen divisiooniin. Varsinaisessa kilpailussa kisataan divisioonittain ja jokaisen divisioonan kolme parasta saa mitalin.

Special Olympicsin ja paralympialaisten suurin ero liittyy siihen, kenelle kisat ovat suunnattu. Special Olympics -kisat on kehitysvammaisille urheilijoille. Paralympialaisissa kilpailevat pääasiassa liikunta- ja näkövammaiset urheilijat. Kesäparalympialaisissa on rajatulla lajiohjelmalla (yleisurheilu, uinti, pöytä-tennis) mukana myös kehitysvammaisia urheilijoita.

Paralympiaurheilussa kehitysvammaisille urheilijoille on kuitenkin vain yksi luokka. Yksiluokkaisuus suosii urheilijoita, joiden kehitysvamma on melko lievä. Special Olympicsin kantavana ajatuksena on, että edellä esitellyn tasoluokittelujärjestelmän avulla vaikeastikin kehitysvammaisilla henkilöillä on mahdollista päästä kilpailemaan mitaleista.

Sisujengi edusti Urheilugaalassa

Urheilugaalaa juhlittiin jälleen koko suomalaisen urheiluyhteisön voimin torstaina 11.1.2024. Paikan päällä gaalassa säkenöi myös Special Olympics -maailmankisoissa Berliinissä kesällä 2023 Suomelle 54 mitalia keränneen Sisujengin joukkueenjohto.

Sisujengin upeaa maailmankisamenestystä kesältä 2023 juhlistettiin vuoden alussa Urheilugaalassa kisamuisteloiden muodossa.

Yhteensä 65 urheilijan Berliinin Sisujengiä edustivat juhlavieraiden joukossa joukkueenjohtaja **Timo Pelkonen** sekä apulaisjoukkueenjohtajat **Anni Lindeman** ja **Julia Fonsén**.

Kyseisissä kisoissa historiaa tehnyt Fonsén, 27, nähtiin Berliinissä Sisujengin joukkueenjohtajan riveissä ensimmäisenä suomalaisena itse kehitysvammaisena henkilönä. Häntä myös haastateltiin suomalaiset gaalalähetysten äärelle keränneessä televisiolähetyksessä.

– Oli todella hienoa ja todella hieno kokemus. Ainutlaatuista, Fonsén muisteli omaa kisakokemustaan.

Sisujengin huikean menestyksen Fonsén kuittasi tyyllilleen uskollisesti ytimekkäästi:

– Meidän joukkueen salaisuus on kova treenaaminen ja yhteishenki.

Sisujengi on viime vuoden aikana näkynyt merkittävästi myös Ihmisoikeusliiton Älä riko urheilua -kampanjassa, kun kampanja ja Sisujengi ovat nostaneet esiin kehitysvammaisten oikeuksia urheilussa. Joukkueenjohto nostikin Ihmisoikeusliiton kanssa kampanjan tärkeää viestiä esittelevät kyltit esiin myös Urheilugaalan punaisella matolla.





Special Olympics Finlandin kansallinen johtaja ja Sisujengin joukkueenjohtajana toiminut Timo Pelkonen apulaisjoukkueenjohtajien Anni Lindemanin ja Julia Fonsénin kanssa punaisella matolla.



Julia Fonsénia haastateltiin Urheilugaalan televisio-lähetykseen.

Voimistelija Saga Hänninen esitteli mitaliaan Urheilugaalan kisakoosteessa Berliinin maailmankisoista.



Tunnelmaa ja tulosta hyvän asian eteen

– Special Olympics -pelaajat nousivat tähdiksi salibandyn Maailman arvokkain pelipaita -näytösottelussa

Maailman arvokkain pelipaita -kampanjan huipennukseksi vuoden 2023 lopussa järjestetty näytösottelu EräViikingit-Nurmon Jymy -liigaottelun erätauolla toi Special Olympics -salibandynpelaajat yhteen legendaaristen miesten liiga- ja maajoukkuepelaajien kanssa. Hyväntekeväisyystapahtumana järjestetty peli näytösotteluineen tuotti yli 3000 euron potin vuoden loppuun päättyneelle kampanjalle.

Uuden vuoden aatonaatto 30.12.2023 oli jännittävä ja historiallinen päivä kahdeksalle Special Olympics -salibandynpelaajalle.

Janne Ahokainen, Joonas Granö, Lauri Kinnunen, Valtteri Kosonen, Niko Pirinen, Kristian Repo, Benjamin Korven-Korpinen ja maalivahti **Arnold Korven-Korpinen** saapuivat Vantaan Energia Areenalle ja pukivat yllään teeman mukaiset Maailman arvokkain pelipaita -paidat.

Alkamassa oli salibandyn miesten SM-sarjan ottelu EräViikingit vastaan Nurmon Jymy. Sen erätauolla pelattaisiin näytösottelu joukkueilla, jotka koottaisiin Special Olympics -pelaajista ja ottelua kotiareenallaan isännöivien EräViikinkien legendaarisista alumnipeleista.

Tunnelma oli korkealla jo pukukopissa näytösottelua odotellessa. Monen kokeneen ja itsekin salibandymitaleita voittaneen Special Olympics -pelaajan ilmeet olivat näkemisen arvoisia, kun viereen pelivaatteita vaihtamaan istahti yhtäkkiä lajin maailmanmestari. SM-





Maailman arvokkain pelipaita -kampanjan parissa tiiviisti viime vuoden työskennellyt Timo Mäkyne pääsi huipentamaan kampanjan oman lajinsa parissa.



Special Olympics -salibandynpelaajat yhdistivät voimansa lajin suomalaislegendojen kanssa hyvän asian edistämiseksi.

sarjasta ja maajoukkuepeleistä tuttujen entisten pelaajien joukossa kentälle nimittäin astelivat muun muassa salibandyn miesten maailmanmestaruusjoukkueissa 2008 ja 2010 pelanneet **Harri Forsten** ja **Mikael Järvi**.

EräViikingit-liigajoukkue syntyi vajaa vuosikymmen takaperin, kun kaksi perinteistä helsinkiläisseuraa SSV (Viikingit) ja Tapanilan Erä yhdistyivät vuonna 2016. Näytösottelun salibandylegendojen joukossa pelasikin nyt molempien taustajoukkueiden paidoissa aikoinaan nähtyjä urheilijoita.

Yksi näistä seuralegendoista, oman peliuransa aina junnusta liigaan asti Tapanilan Erän riveissä pelannut **Timo Mäkyne** paitsi puki itsekin taas pelipaidan ylleen, oli olennainen yhteyshenkilö koko näytösottelun taustalla. Suomen Paralympiakomitean kumppanuuspäällikkönä työskentelevä Mäkyne ahkeroi vuoden



2023 aikana kerätessään lahjoituksia ja järjestäessään yhteistyötahtumia Maailman arvokkain pelipaita -kampanjalle, ja pääsi lopulta yhdistämään työnsä myös Special Olympics Finlandin yhteisöstöstä vastaavana rakkaaseen lajinsa ja taustaseuraansa, kun sekä taloudellisesti vaikea vuosi että upeasti menestynyt kampanja hui-pentuiivat teemaotteluun.

Kotijoukkue EräViikingeille idea hyväntekeväisyystapahtumana järjestetystä liigapelistä ja Special Olympics -näytösottelusta syn-tyi osana seuran yhteiskuntavastuuohjelmaa. EräViikingit ja liiga-ottelun lipunmyynnistä vastannut Tiketti lahjoittivatkin kotipelin lipputulot lyhentämättöminä seuraavana päivänä päättyneelle kampanjalle, ja yhteensä teemaottelulla kerättiin yli 3000 euron potti vammaisten ja liikuntaan tukea tarvitsevien lasten ja nuorten harrastamisen ja urheilemisen tueksi.

Tärkeitä euroja väheksymättä näytösottelu itsessään oli monella tapaa merkityksellinen niin sen järjestäjille, mukaan lähteneille Erä-Viikinkien alumnipelaajille kuin valokeilaan päässeille Special Olym-pics -pelaajille.

–En olisi ikinä uskonut, että pääsisin vielä jonain päivänä pelaamaan legendojen kanssa, ja ihmisten joitten uraa arvostan todel-la paljon, summasi itse jo Special Olympics -salibandyn legendaksi noussut Janne Ahokainen tunnelmat pelin jälkeen.



Lauri Kinnunen oli Janne Ahokaisen rinnalla toinen näytösotteluista pelanneista kahdesta vuoden 2017 Itäval-lan Special Olym-pics -maailmanki-sojen salibandyn hopeamitalistista.

Tommi Tyynilä antoi äänensä vuoden loppuun päättyneen Maailman arvokkain pelipaita -kampanjan loppukirille ja pääsi loppuvuodesta 2023 ääneen kaikilla kaupallisilla radiokanavilla sekä kauppakeskuksissa ympäri Suomen.

Tommi Tyynilä hoiti radiomainoksen äänityksen purkkiin kuin ammattilainen.



Maailman arvokkain pelipaita -kampanja auttoi Special Olympics toimintaa vuonna 2023

– Tennistähti Tommi Tyynilä antoi äänensä loppukirille

Vuoden 2023 aikana yli 440 000 euroa paraurheilun hyväksi kerännyt Maailman arvokkain pelipaita -kampanja mahdollisti Paralympiakomitealle taloudellisesti vaikean vuoden mittaan etenkin monen lapsen ja nuoren pääsyn liikunnan ja urheilun pariin.

Kampanja auttoi merkittävästi myös Special Olympics -toimintaa, ja mahdollisti Suomea kesän 2023 maailmankisoissa edustaneen Sisujengin matkan kisamaan Berliiniin.

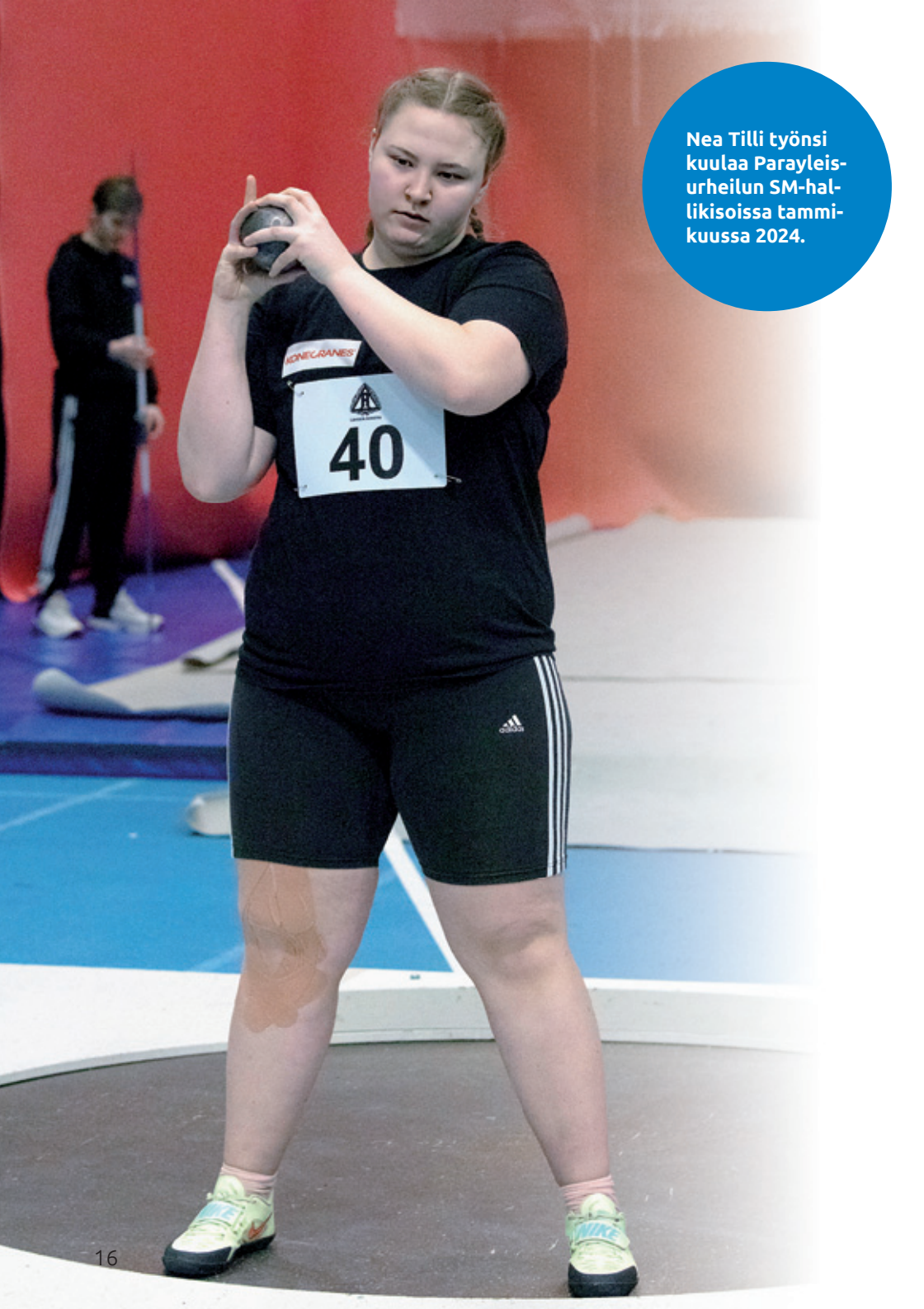
Berliinin tennismitalisti Tommi Tyynelä astui reippaasti kampanjan loppukirin avuksi joulukuussa ja antoi äänensä mainokseen, joka kuultiin kaikilla kaupallisilla radiokanavilla ja soi joulukuun viimeisten viikkojen ajan kauppakeskuksissa ympäri Suomen.

Antero ja Anneli, Antero ja Anneli – Odotamme teitä infopisteellä, joka sijaitsee osoitteessa Arvokkainpelipaita.fi. Vammaisten lasten ja nuorten mahdollisuus liikkua on uhattuna. Voit myös lahjoittaa suoraan MobilePaylla numeroon 58558, kuului Tommin viesti suomalaisille.

Äänitys tehtiin joulukuisena aamuna Helsingissä mainoksen tuottaneen Soundartin studiolla, mistä Tommi riensi suoraan työvuoroonsa päärautatieasemalle.

Ihan hyvä fiilis tuli tosta, urheilija kommentoi hymyillen äänityksen jälkeen.

Nea Tilli työnsi kuulaa Paralympic-urheilun SM-hallikisoissa tammi-kuussa 2024.



Nea Tillin yleisurheilu-ura etenee kohti uusia tavoitteita

Tähän mennessä kahdesti Sisujengissä nähty Nea Tilli valittiin ensimmäisenä kehitysvammaisena yleisurheilijana Suomen Paralympiakomitean Tulevaisuuden tähdet -ryhmään.

Jo 15-vuotiaana kansainvälisen kilpauransa Special Olympics -maailmankisoissa Arabiemiraateissa komeasti aloittanut ja viimeksi keuhalla 2023 Berliinin maailmankisojen Suomen joukkueessa Sisujengissä nähty **Nea Tilli** onnistui Berliinin kisareissulla esittelemillään kuulantyöntö- ja pituushyppytaidoilla kiinnittämään myös Suomen Urheiluliiton paralyseisurheilun päävalmentajan **Mikko Peltonen** huomion.

Tilli on kisannut yleisurheilussa jo pitkään ja kerännyt palkintokaappiinsa kymmenittäin SM-mitaleita yhteensä viiden eri lajin parista. Viime aikoina ennen kaikkea heittolajeihin – kuulaan, kiekoon ja keihäaseen – keskittynyt 20-vuotias palkittiin loppuvuodesta 2023 Uudenmaan yleisurheilu -aluejärjestön Vuoden paraurheilijana.

Kausi 2023 toikin Tillille paitsi Berliinin kuula- ja pituusmitalit myös yhden uuden Suomen ennätyksen, kaksi Pohjoismaiden mestaruutta ja neljä Suomen mestaruutta. Tästä kaikesta hänet palkittiin myös omassa seurassaan Janakkalan Janassa.

Vuoden 2024 alussa Tillin urheilu-ura hyppäsi jälleen uusille uomille, kun hänet valittiin Suomen Paralympikomitean koordinoimaan Tulevaisuuden tähdet -ryhmään. Ryhmään nimetään vuosittain noin 20 omassa lajissaan lupaavaa urheilijaa, jotka kokoontuvat vuoden aikana neljälle yhteisleirille Liikuntakeskus Pajulahden Paralympic Training Centeriin harjoittelemaan lajejaan ja erilaisia huippu-urheilijaksi kasvamisessa auttavia taitoja.

Tillistä tulee kaikkien aikojen toinen ja yleisurheilussa lajinsa ensimmäinen kehitysvammaisen Tulevaisuuden tähtien jäsen. Häntä ennen ryhmän mukana on harjoitellut myöhemmin Tokion paralympialaisissa Suomea uinnissa edustanut, kehitysvammaluokassa kilpaileva **Nader Khalili**.

– Olen kyllä tosi tyytyväinen, Nea kommentoi valintaansa. – Hyvällä tavalla on asiat edistyneet, mutta treenaamista jatketaan niin kuin ennenkin.

Siinä missä Special Olympics -liike on kansainvälisesti suurin kehitysvammaisille liikunta- ja urheilutoimintaa tarjoava toimija, on kehitysvammaisia urheilijoita mukana myös paralympiaurheilussa. Toistaiseksi kehitysvammaisia urheilijoita on paralympialaisissa mukana kolmessa lajissa: yleisurheilussa, uinnissa ja pöytätenniksessä.

Kehitysvammaisten huippu-urheilun kansainvälinen järjestö VIRTUS toimii väylänä Kansainvälisen Paralympiakomitean alaiseen kilpailutoimintaan. VIRTUS-urheilijaksi päästäkseen urheilijan on läpikäytävä kehitysvammaisten urheilun kansainvälinen luokitteluprosessi, jota ei Special Olympics -toiminnassa tarvita.

Tillillä onkin luvassa laaja kattaus parayleisurheilukisoja vuoden 2024 aikana, kun hän lähtee jahtaamaan ennätyksiä muun muassa Pohjoismaiden ja Euroopan mestaruuskilpailuissa.

– Tavoitteena on saada taas tuloja parannettua, urheilija toteaa varmana.



**Berliinistä 2023
Nea toi kotiin
kultaa kuulantyyönnöstä ja
hopeaa pituushypyistä.**



Jusa Jokiniemi
pökkasi pronssia
Pajulahti Games
2024 -turnauk-
sesta.

Tauko teki hyvää

– Jusa Jokiniemi palasi ottelemaan
Berliinin kisavuoden jälkeen

Kesällä 2023 kuopiolainen judoka Jusa Jokiniemi edusti Suomea maailmankisajoukkue Sisujengin riveissä ensi kertaa. Tärkeä kisavuosi ja sitä edeltävät poikkeusajat koronapandemian rajoittaessa tekemistä saivat välillä kokeneen kisailijan urheilumotivaation hiipumaan, mutta vuosi 2024 alkoi lupaavasti Pajulahti Gamesin turnauksessa.

Vuoden 2018 Euroopan mestari Jusa Jokiniemi on kokenut judoka, mutta kesällä 2023 hän matkasi ensi kertaa Special Olympics -maailmankisoihin.

Valtava 7000 urheilijan tapahtuma isäntäkaupunkivierailuineen ja oheisohjelmineen – puhumattakaan sitä edeltävästä valmistautumisesta suorituksiin omassa lajissa – jättää helposti jälkensä enemmänkin kisoja kiertäneeseen urheilijaan.

– Oli hyvä, että sai palautua Berliinin kisareissun jälkeen. Se oli aika rankkaa, ja uutta minulle – aikataulukin oli tiukka, kertaa Jokiniemi edellisvuotista maailmankisamatkaansa tammikuussa 2024.

Saksan matkan jälkeen hän ottikin loppukesän levon kannalta, ja käytti sen jälkeen syksyn rauhallisemmin treenaamiseen.

– Jätin viime SM-kisatkin pois ohjelmasta ihan sen vuoksi, että saisin vielä vähän tuntumaa ja treenata enemmän.

Hektistä Berliinin kisavuotta edeltävä koronapandemian aika oli siihen mennessä myös ottanut veronsa kuopiolaisen motivaatiosta.

– Olihan tässä kaikkea, koronavihekin nyt takana, mikä vaikutti kaikkeen. Silloin jo rupesi itselläkin vähän hiipumaan motivaatio, tai siirtymään muualle. Mutta nyt se on pikkuhiljaa ruvennut jo elpymään.

Jokiniemen rauhallisen ja hiljaisen ulkokuoren alla on kuvattu piilevän erittäin teknisen judokan, joka on ”kova luu purtavaksi” matseissa. Se näkyi myös nyt vuoden 2024 alussa, kun Jokiniemi starttasi uuden kauden Pajulahti Games -kisojen judoturnauksessa. Tasokkaasta turnauksesta mies pokkasi kaulaansa pronssimitalin.

Jokiniemi iloitsi kisataun jälkeisessä avausturnauksessaan etenkin siitä, että pääsi ottelemaan omassa alle 73-kiloisten painoluokassaan.

– Yleensä olen joutunut aina isompien sarjaan näissä Suomen parajudon matseissa. Nyt onneksi osallistui tarpeeksi omaankin luokkaan, ja tulikin hyvät matsit.

Mitä on seuraavaksi luvassa lupaavan judokan vuoteen?

– SM-kisat on tulossa ja Euroopan Cup Hollannissa – syksyllä sitten muitakin kansainvälisiä kisoja, ainakin Sveitsissä, Jokiniemi enustaa suunnitelmiaan.

Soveltavaa telinevoimistelua kehitetään vauhdilla

– Toiminnan on tarkoitus alkaa syksyllä viidellä uudella paikkakunnalla



Tuleeko telinevoimistelusta seuraava suomalainen Special Olympics -menestystarina? Soveltavan telinevoimistelun edistämiseksi käynnistetyin hankkeen tavoitteena on kasvattaa lajia kotimaassa ja saada se nostettua osaksi myös kansallista Special Olympics -kilpailuohjelmaa.



Soveltavaa
telinevoimistelua
Vantaalla vuonna
2021.

Tampereella on ollut lähivuosina erityinen rooli erityisryhmien liikunnan ja urheilun saralla: siellä on ollut jo pitkään tarjolla soveltavaa harrastustoimintaa telinevoimistelussa alaan erikoistuneen liikunnanohjaaja **Fanny Juvosen** pyörittämissä ryhmissä – ensin Tampereen Sisun, sittemmin Tampereen Voimistelijoiden alla.

Nyt tilanne on muuttumassa, sillä Suomen Voimisteluliitossa on käynnistynyt kaksivuotinen kehityshanke soveltavan telinevoimistelun tuomiseksi tarjolle laajasti eri puolille Suomea. Yhtenä hankkeen tavoitteista on tehdä telinevoimistelusta Suomessakin Special Olympics -kilpailulaji maailmankisojen lajiohjelman mukaisesti.

Telinevoimistelu itsessään ei ole uusi laji erityisryhmien piirissä. Yksittäisiä voimistelijoita on ollut jo pitkään mukana harjoitte-

lemassa suomalaisseurojen perusryhmissä. Myös erityisryhmille suunnattua toimintaa on Tampereen lisäksi ollut aiemmin esimerkiksi Vaasassa, ja Jyväskylän yliopiston liikuntakasvatuksen laitoksella käynnisteltiin jo 1980-luvulla kehitysvammaisten telinevoimistelutoimintaa. Onpa Suomesta nähty telinevoimistelija jopa Special Olympics -maailmankisojen osallistujana jo vuonna 1995.

Viime vuosina voimistelun lajikehittäjien joukossa on kuitenkin kytenyt ajatus soveltavan telinevoimistelun nostamisesta samantyyppiseen asemaan, kuin Special Olympics -menestyslajiksi muodostunut rytmisen voimistelu.

Aluksi suunniteltuna oli käynnistää telinevoimistelun kehitystyö Vantaalla elokuussa 2022 järjestettäväksi suunniteltujen down-urheilijoiden voimistelun MM-kisojen myötä. Kisoissa telinevoimistelu olisi ollut mukana ja näyttämässä esimerkkiä rytmisen voimistelun rinnalla, mutta koko tapahtuma jouduttiin lopulta perumaan Venäjän Ukrainaan kohdistaman hyökkäyssodan aiheuttaman epävarman Euroopan tilanteen vuoksi.

Uudestaan into edistää soveltavan telinevoimistelun toimintaa sai sysäystä viimevuotisista Berliinin Special Olympics -maailmankisoista, joissa hyvä työ rytmisen voimistelun parissa kantoi hedelmää myös runsaan mitalisaaliin muodossa.

– Taustalla vaikuttaa ehdottomasti hieno onnistuminen rytmisen voimistelun käynnistämisessä Suomessa. Ennen kuin kilpailujärjestelmää siinä lajissa alettiin edistää saman kehittämistuen voimin joitakin vuosia sitten, löytyi kaksi–kolme seuraa, joissa oli tarjolla soveltavaa rytmistä voimistelua. Nyt se on myös Special Olympics -lajina mukana yhteensä 12:n seuran toiminnassa, eli kasvu on ollut todella suurta, kertoo soveltavan voimistelun asiantuntija ja seura-kehittäjä **Sini Mattila** Voimisteluliitosta.

Berliinissä kehuja saatiin myös Special Olympics -maailmanjärjestön suunnalta.

–Kun kyseltiin, miksei meillä ole myös telinevoimistelua, kun rytmisen voimistelu on niin hyvissä kantimissa täällä, tuli hyvää

positiivista painetta käynnistää tosissaan kehitystyö, Mattila toteaa.

Soveltavan telinevoimistelun edistämiseen muodostettu työryhmä käynnistyi nopeasti jo syksyllä 2023. Alustavan kartoituksen myötä yhdeksän suomalaista voimisteluseuraa kiinnostui toiminnan käynnistämisestä, ja niistä viisi totesi myöhemmin resurssien riittävän toiminnan aloittamiseen jo vuoden 2024 aikana. Kehitystyössä tällä hetkellä kuudentena seurana mukana on Tampereen Voimistelijat, jossa Juvosen telinevoimisteluryhmä jo toimii.

Osassa nyt telinevoimistelun kehittämisen aloittaneista seuroista ei vielä tätä ennen ole ollut soveltavaa toimintaa ollenkaan, osassa taas sitä on esimerkiksi rytmisen voimistelun muodossa järjestetty jo pitkään.

–Meillä on yleisesti ottaen Suomessa jo tosi ammattitaitoisia valmentajia, mutta telinevoimisteluhankkeeseen mukaan lähteviä koulutetaan nyt vielä lisää sen osalta, mitä erityisryhmiä tässä lajissa valmentaessa tulee tarkemmin ottaa huomioon.

Soveltavan telinevoimistelun on tarkoitus käynnistyä syksyllä 2024 Oulussa, Seinäjoella, Lahdessa, Helsingissä ja Kauniaisissa, missä mukana on ruotsin kielellä toimiva Grankulla Gymnastikförening. Sen kautta saadaan samalla kehitettyä soveltavan telinevoimistelun materiaaleja tarjolle myös toisella kotimaisella kielellä. Kehitystyötä taloudellisesti vauhdittamaan on haettu ja saatu AHOS-kehittämistukea.

–Ryhmät halutaan pitää ainakin alkuvaiheessa laajemmin avoimena soveltavan telinevoimistelun ryhminä, mutta pidemmän aikavälin haaveena näillä paikkakunnilla on nimenomaan Special Olympics -ryhmien rakentaminen, jos vain sopivia voimistelijoita onnistutaan seuduilla tavoittamaan, Mattila hahmottelee tulevia suuntaviivoja.

Kiinnostaako telinevoimistelu? Lajia suunnitellaan testattavaksi syksyllä 8 lajin Special Olympics -monilajeleirin ohjelmassa Pajulahdessa 11.–13.10.2024. Seuraa leirin ohjelmatietoja lähempänä!

Special Olympics Sports Festival Tanskan Frederikshavnissa

Perinteinen Tanskan Special Olympics Sports Festival järjestetään tänä vuonna Frederikshavnissa kaupungissa Pohjois-Jyllannin rannikolla 24.–26. toukokuuta.

Suomesta on haettu ja saatu paikat kisoihin tänä vuonna kahdeksassa lajissa. Kevään mittaan aloitetaan joukkueiden kokonainen kisamatkalle uinnissa, yleisurheilussa, keilauksessa, ratsastuksessa, salibandyssä, golfissa, rytmisessä voimistelussa ja pöytätennissä.

Sports Festival -tapahtumaan lähdetään Suomesta mitä todennäköisimmin suunnilleen samansuuruisella joukkueella kuin viimeksi keväällä 2022 Tanskan Koldingissa järjestettyihin kisoihin. Tuolloin joukkueeseen kuului yhteensä 71 henkilöä – urheilijoita 49 ja valmentajia 22.

Joukkueenjohtajana matkaan lähtee edelliskerran tapaan **Elina Ahtiainen**, ja tapahtumassa päästään kilpailemaan yhdessä muiden Pohjoismaiden Special Olympics -urheilijoiden kanssa.

Tanskan Sports Festival on monelle Special Olympics -urheilijalle ensimmäinen kansainvälinen kisakokemus. Sports Festivalin tavan mukaan urheilijat yöpyvät kisamatkalla koulumajoituksessa, ja luvassa onkin hyltävää retkimeininkiä, kun reissuun lähdetään makuupussien ja -alustojen kanssa.

Vuoden 2022 Special Olympics Sports Festival -kisoissa Suomen urheilijat voittivat yhteensä 25 mitalia.



Tilaa Special Olympics -lehti maksutta kotiisi

Suomen Paralympiakomitea julkaisee kaksi kertaa vuodessa Special Olympics -lehden. Lehti käsittelee kehitysvammaisille ja muille erityistä tukea tarvitseville henkilöille suunnattua Special Olympics -urheilua ja -liikuntaa.

Lehti on hyvä keino saada selville, mistä Special Olympicissa on kyse ja millaista Special Olympics -toimintaa Suomessa on tarjolla. Yhtä lailla Special Olympics -lehdessä riittää mielenkiintoista luettavaa myös pitkään toiminnan parissa olleille.

Special Olympics -lehti on maksuton ja sen voi tilata kotiinsa sähköisellä tilauslomakkeella, joka löytyy osoitteesta www.paralympia.fi/special-olympics/lehti.



Matka kohti Torinon 2025 Special Olympics -talvimaailmankisoja etenee

Seuraavat Special Olympics -maailmankisat, Italian Torinossa järjestettävät talvimaailmankisat käydään **5.–17.3.2025**. Special Olympics Finland lähettää kisoihin Suomen joukkueen – Sisujengin.

Kansainvälinen Special Olympics -järjestö on loppuvuodesta 2023 myöntänyt Suomelle seuraavat urheilijapaikat Torinon kisoihin:



(Huom! muutokset urheilijapaikoissa ovat mahdollisia)

Urheilijoilla on mahdollisuus antaa näyttöjä ja kertoa valmentajille halukkuudestaan osallistua Torinon talvimaailmankisoihin talven ja kevään 2024 aikana.

Joukkue tullaan nimeämään syksyllä 2024.

Sekä yleisiin että lajikohtaisiin urheilijavalintakriteereihin voi tutustua sivustolla www.specialolympics.fi > Maailmankisat.

ALPPIHIIHTO

- Miehet: 3 urheilijaa
- Naiset: 5 urheilijaa

MAASTOHIIHTO

- Miehet: 6 urheilijaa
- Naiset: 4 urheilijaa

TAITOLUISTELU

- Miehet: 1 urheilija
- Naiset: 1 urheilija

LUMILAUTAILU

- Miehet: 1 urheilija
- Naiset: 1 urheilija

LUMIKENKÄILY

- Miehet: 1 urheilija
- Naiset: 1 urheilija

SALIBANDY

- Miehet/Mixed, Unified-joukkue: 10 urheilijaa

YHTEENSÄ

- 34 urheilijaa

TAPAHTUMAKALENTERI 2024

Helmikuu

- 10.–11.2. Special Olympics -unified-lentopalloturnaus / -leiri, Koski TL
- 16.–17.2. Special Olympics National Winter Games, Orivesi
- 16.–18.2. Special Olympics -hiihdon kisaleiri, Orivesi

Maaliskuu

- 3.3. Para Hiihto Cup 2/3, Haltiavuoren Hiihdot, Helsinki
- 3.3. Parajudon SM-kisa, Ideaparkin Bläk Boks, Lempäälä
- 8.–10.3. Special Olympics -alppihiihdon ja -lumilautailun leiri, Tahko
- 19.–26.3. Trisome Games, Antalya, Turkki

Huhtikuu

- 6.4. Para Hiihto Cup -päätöskisa 3/3, Pahkan Hiihdot, Sonkajärvi
- 12.–14.4. Athlete Leader -koulutus & Special Olympics -perheleiri, Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola
- 12.–14.4. Special Olympics -lumikenkäilyn fysiikkaleiri, Kisakallion Urheiluopisto, Lohja
- 12.–14.4. Parajudon Ben van Eng -kisa, Hollanti
- 19.–21.4. Special Olympics Unified-jalkapallo- ja futsal-leiri, Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola
- 20.–21.4. Special Olympics Unified-koripallon päätösturnaus, Kisakallion urheiluopisto, Lohja
- 20.4. Special Olympics -alppihiihto- ja lumilautailukisa (Himos Leitner), Himos, Jämsä
- 27.4. Special Olympics -rytmisen voimistelun kilpailu, Jyväskylä

Toukokuu

- 3.–5.5. Special Olympics Unified-triathlonleiri, Nastola
- 16.–20.5. Special Olympics Euroopan triathlon-kisat, Samorin, Slovakia
- 22.–25.5. Saksan Special Olympics Regional Games, Münster, Saksa
- 24.5. Turku Special Olympics Athletics Games, Paavo Nurmen stadion, Turku
- 24.–26.5. Special Olympics Sports Festival Frederikshavn, Tanska

24.–26.5. Special Olympics Figure Skating Icecup 2024, Reykjavik, Islanti

25.5.–2.6. Special Olympics Euroopan jalkapalloviikko

Kesäkuu

2.6. Special Olympics -melonnan päiväleiri Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola

2.–3.6. Unified-koripallon kutsuturnaus Treviso, Italia (miehet)

5.–9.6. European Unified Women's Basketball: Zrenjanin, Serbia

8.6. Live Special Triathlon, Vantaa 8.–9.6. Special Olympics Taito–Temppu–Tasapaino -leiri -leiri, Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola

9.6. Special Olympics -golfleiri, Golf Pirkkala

9.6. Stadi Cup, erityisjalkapallon SM osa ½

11.–16.6. Virtus-yleisurheilun EM-kisat, Uppsala, Ruotsi

15.6. Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut (200 m, 500 m), Suomen Cup, Lahti

15.–16.6. 3x3 FIBA Open (unified-koripallo), Mies, Sveitsi

15. tai 16.6. Special Olympics Unified beach volley -turnaus, paikka avoin

17.–20.6. European Youth Unified Male Basketball, Druskienikai, Liettua

Heinäkuu

heinäkuussa Special Olympics -purjehduksen kisaleiri

heinäkuun alussa Parayleisurheilun SM-kisat, Mikkeli

6.7. Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut (200 m, 500 m), SM osa 1 ja Melonnan Suomen Cup 5 -kisojen yhteydessä, Tampere

13.7. Melonnan Special Olympics -kilpailu (2 km), Maraton SM 2, Sekapari SM ja Melonnan Suomen Cup 6 -kisojen yhteydessä, Pori

16.–18.7. Special Olympics -melontaleiri (Melonta- ja soutuliiton Melonnan Suurleiri), Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola

14.–18.7. Gothia Special Olympics Trophy Göteborg (miehet ja mixed), Ruotsi

27.7. Triathlonin Turku Challenge (supersprint), Turku

Elokuu

2.–4.8. Special Olympics -kesämonilajileiri: uinti, yu, tennis, melonta, salibandy, Unified lentopallo/beach volley ja pöytätennis, Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola

- 3.8. Special Olympics -keilailun päiväleiri Kaupin keilahalli, Tampere
- 3.–4.8. Special Olympics -golfleiri, Hämeenlinna
- 4.8. Special Olympics -keilailun päiväleiri, Alppila Bowling, Oulu
- 10.8. HJS syysturnaus, erityisjalkapallon SM osa 2/2, Hämeenlinna
- 17.–18.8. Rytmisen voimistelun avoin Special Olympics -leiri, Kisakallio

Syyskuu

- 6.–8.9. Invitational Unified Tennis Tournament, Vaduz, Liechtenstein
- 7.9. Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut (200 m, 500 m), Melonnan Suomen Cup -päätöskisan yhteydessä, Hämeenlinna
- 14.–15.9. Soveltavan taitoluistelun ja Special Olympics -taitoluistelun leiri, Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola
- 22.–28.9. Macau Golf Masters 2024Syys–lokakuussa Invitational 8-a-side Football Tournament (SCL/EFDN), Belgia

Lokakuu

- Loka–joulukuussa Uinnin MPF-valmentajaseminaari, IrlantiLoka–joulukuussa European Unified Volleyball Tournament
- 11.–13.10. 8 lajin Special Olympics -monilajileiri (salibandy, tennis, uinti, ratsastus, triathlon, rytmisen voimistelu, yleisurheilu ja Unified-jalkapallo ja -futsal), Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola
- 25.–28.10. Princess Charlene Special Olympics Euroopan uintikilpailut, Monaco
- 26.–27.10. Torino2025 -talvimaailmankisojen valmistautumisleiri, Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola

Marraskuu

- Marraskuussa Special Olympics -jalkapallon Unified-turnaus Liikuntakeskus Pajulahti, NastolaMarras–joulukuussa Euroopan jalkapallokonferenssi
- 7.–10.11. Invitational Tennis Tournament, Mallorca, Espanja
- 23.11. Beach Volleyn Special Olympics Unified-turnaus ja kokeilutapahtuma, Biitsi Pasila, Tripla, Helsinki
- 25.11.–3.12. Special Olympics Euroopan koripalloviikko

Joulukuu

- 6.–8.12. Special Olympics -lumilajien leiri, Laajavuori, Jyväskylä

Huom! Kilpailukutsut ja linkit ilmoittautumislomakkeisiin löydät nettisivustolta www.specialolympics.fi.



16.–17.2. SPECIAL OLYMPICS NATIONAL WINTER GAMES 2024 (+ SPECIAL OLYMPICS -HIIHDON KISALEIRI), ORIVESI

Kehitysvammaisten Special Olympics National Winter Games -kilpailut käydään Orivedellä 16.–17. helmikuuta 2024. Samassa yhteydessä Special Olympics -hiihdon kisaleiri 16.–18. helmikuuta.

Kilpailutapahtumat Oriveden Hiihtomaassa (Leppäsentie 97, 35100 Orivesi as.).
Majoitus Hotelli Sointulassa (Koulutie 5, 35300 Orivesi).

Tapahtuman järjestää Suomen Paralympiakomitea yhteistyössä Oriveden Ponnistuksen kanssa.

KILPAILULAJIT

- Hiihto (400 m ja n. 1,5 km).
Hiihdetään vapaan hiihtona, mutta käytössä on myös latu-ura molemmille matkoille.
- Lumikenkäily (100 m ja 200 m).

Luokittelukilpailut kilpaillaan perjantaina, loppukilpailut lauantaina. Hiihdon ja lumikenkäilyn kilpailijat voivat osallistua halutessaan molempiin lajeihin.

Lauantaina lapsille ja **nuorille** hiihto 400 m (kilpasarja tai kisakokeilu: vapaa- ja perinteisen ura rinnakkain) ja lumikenkäilyn kokeilua.

Lasten ja nuorten tapahtuma on maksuton, ei sisällä ruokailua. Jos lasten ja nuorten sarjaan osallistuvilla perheillä on majoitus-/ruokailutarvetta, ilmoittautuminen ja maksu Suomisportin kautta.

Huoltajien/avustajien tai muiden perheenjäsenten hinta sama kuin urheilijalla

AIKATAULU

National Games

Perjantai 16.2.

- **16.15** mennessä urheilijat ja valmentajat saapuvat
- **16.30** päivällinen /ravintola Wanha Opisto
- **18–20** luokittelukilpailut Hiihtomaassa alkaen avajaisilla ja yhteisellä alkulämmittelyllä 18.00, ensin hiihdon Sinetti-Cup -hiihtosarjat ja perään National Games -luokittelukisa hiihto 400 m (v) ja luokittelukisa lumikenkäily 100 m.
- **20.30–21** iltapala Hotelli Sointulan yhteistilassa
- **21–22** sauna Hotelli Sointulassa

Lauantai 17.2.

- **7.45–8.30** aamupala /ravintola Wanha Opisto
- **9.30** yhteinen alkulämmittely
- **9.45–12** finaalit
 - 9.45 hiihto 400 m (v)
 - 10.15 lasten ja nuorten hiihtokisa ja kisakokeilu 400 m (jonka jälkeen mahdollisuus kokeilla lumikenkiä)
 - 10.45 hiihto 1,5 km (v)
 - 11.15 lumikenkäily 100 m
 - 11.30 lumikenkäily 200 m
- **n. 11.45** päättäjäiset ja palkintojenjako
- **12.30–13** lounas /ravintola Wanha Opisto ja huoneiden luovutus pe-la majoittuvilla *Hiihdon kisaleiri jatkuu kisojen jälkeen sunnuntain lounaaseen.*
- **14.30–16.30** hiihtotreeni /Hiihtomaa
- **17.30** päivällinen /ravintola Wanha Opisto
- **18.15–19** villasukkajuoksukokeilu (kolmet villasukat päällekkäin, ota omat villasukat mukaan!) ulkona + kehonhuolto majoitustiloissa

- **19.30–20.30** sauna /Hotelli Sointula
- **20.30–21** iltapala /Hotelli Sointula, yhteistila

Sunnuntai 18.2.

- **7.45–8.30** aamupala /ravintola Wanha Opisto
- **9.30–11.30** hiihtotreeni /Hiihtomaa (sis. mm. skicross-rata)
- **12–12.30** lounas /ravintola Wanha Opisto
- **13.00** kotimatkalle

Huom. Perjantaina on mahdollisuus myös hiihtää 400 m (v) luokittelukisan lisäksi pidempi hiihtomatka Sinetti-Cup -hiihdossa (perinteinen hiihtotyylä, normaalimatkat).

Sinetti-Cup-hiihdon sarjat: Special tytöt, Special pojat, Special yli 16 v naiset ja Special yli 16 v miehet

Ilmoittautuminen aukeaa ja hiihtomatkat ilmoitetaan viikkoa ennen kisaa Oriveden Ponnistuksen Sinetti-Cup -sivuilla.

HINNAT

- Lumikenkäily pe–la 70 € - sis. majoituksen pe-la Hotelli Sointulan Lampila-rakennus, pe päivällinen, iltapala, la aamupala, lounas
- Lumikenkäily pe–la 30 € - ilman majoitusta, sis. pe päivällinen, la lounas
- Hiihto pe–su 135 € - sis. majoituksen pe-su Hotelli Sointulan Lampila-rakennus, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen
- Lasten ja nuorten tapahtuma: hiihto ja lumikenkäilykokeilu la maksuton (ei sisällä ruokailuja tai majoitusta)

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset **1.2.2024** mennessä:

- **LASTEN JA NUORTEN TAPAHTUMA LA:** orpohiihtojaosto@gmail.com
 - Ilmoita, hiihtääkö lapsi kilpaa (otetaan aika, julkaistaan tulokset) vai kisakokeilun (ei aikaa).
 - Lumikenkäilyyn ei ennakkoilmoittautumista, vapaata kokeilua aikuisten kisan jälkeen.
 - Jos tarve ruokailuille /majoitukselle, ilmoittautuminen Suomisportin kautta.
- **HIIHTO / LUMIKENKÄILY PE-LA:** Ilmoittaudu Suomisportin kautta.

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitauduttava erikseen.

Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (ota yhteyttä elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373 maksun palautusta varten).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan -palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

8.–10.3. SPECIAL OLYMPICS -ALPPIHIIHDON JA LUMILAUTAILUN LEIRI, TAHKO

Kehitysvammaisten Special Olympics -alppiihdon ja -lumilautailun leiri järjestetään Tahkolla 8.–10. maaliskuuta 2024.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Urheilija voi osallistua vain yhden lajin valmennukseen. Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja tai huoltaja/huoltajat.

Majoitus ja ruokailut Break Sokos Hotel Tahko. Majoitus hotellissa kahden hengen huoneissa, joissa lisäksi "laivasängyt" 1–2 henkilölle.

Huom. Leiri maksetaan ilmoittautuessa ja jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitauduttava ja maksettava erikseen.

Lisäkustanne välinevuokrauksesta, jos ei ole omia välineitä. Välinevuokraus maksetaan paikan päällä.

Leirillä on mahdollisuus ratavuoroihin.

Leirille on myös yhteiskyytimahdollisuus Toyota-tila-autolla (*reitti: Vantaa-Renkomäki-Vaajakoski-Tahko ja takaisin*).

Hinta n. 53 € meno-paluu, n. 27 € yhteen suuntaan, riippuen matkustajamäärästä. Maksetaan erikseen kuljettajalle.

HINNAT

- Leirimaksu majoituksella 260,00 € - sis. majoitus, ruokailut, valmennus, vakuutus, hissilippu
- Leirimaksu ilman majoitusta hissilipulla 168,00 € - sis. ruokailut, valmennus, vakuutus, hissilippu
- Leirimaksu hissilipulla (oma majoitus ja ruokailut). Huom. avustajalippu maksuton. 68,00 € - sis. valmennus, vakuutus, hissilippu
- Leirimaksu (oma majoitus ja ruokailut) 15,00 € - sis. valmennus, vakuutus, tarvittaessa avustajalippu

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset leirille 5.2. mennessä Suomisport-järjestelmässä.

Muistutus: Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puheliimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitettava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Mikäli osallistuminen jo maksettuaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan-palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

ALUSTAVA OHJELMA

Perjantai 8.3.

- 17 - Saapuminen leirille, ilmoittautuminen ja huoneiden jako
- 18–19 Illallinen hotellilla
- 20–20.50 Tasapaino /liikkuvuusharjoittelu
- 21 Iltapala
- 22 Huoneissa hiljaisuus

Lauantai 9.3.

- 8.00 Aamupala
- 9.30 Kokoontuminen hotellin aulassa, siirtyminen rinteisiin -alkuverryttely siirryttäessä rinteisiin
- 10–12.30 Harjoitukset rinteessä
- 13.00 Lounas hotellilla
- 15.00 Kokoontuminen hotellin aulassa, siirtyminen rinteisiin
- 15.30–17.30 Harjoitukset rinteessä
- 17.30 Kaakaopausi, kaakaoraha mukaan
- 19–20 Illallinen hotellilla
- 21.30 Iltapala
- 22.15. Huoneissa hiljaisuus

Sunnuntai 10.3.

- 8.00 Aamupala
- 9.15 Kokoontuminen aulassa, siirtyminen rinteisiin -alkuverryttely rinteiden alla
- 10.00–12.30 Harjoitukset rinteissä
- 13.00 Lounas hotellilla
- 13.30 Leirin päätös
- 14.00 Kotimatalle

Hissiliput voimassa klo 19 asti, mahdollisuus jäädä vielä rinteisiin vanhempien / huoltajan kanssa.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373

16.–17.3. RATSASTUKSEN SPECIAL OLYMPICS -LEIRI, HUITTINEN

Ratsastuksen Special Olympics -leiri järjestetään 16.–17. maaliskuuta Huittisten Ratsastuskeskuksessa (Kivirannantie 240/253, Huittinen). Tervetuloa mukaan!

OHJELMA

Lauantai 16.3.

- Lounas
- Ratsastustunti
- Päivällinen

- Wanhan ajan sauna
- Iltapala
- Majoittuminen

Sunnuntai 17.3.

- Aamupala
- Ratsastustunti
- Lounas
- Ratsastustunti
- Kotiinlähtö

HINNAT

Koko leiriviikonlopun hinta:

- Leiriläinen 300 €
- Avustaja 200 €

ILMOITTAUDU MUKAAN

Lisätiedot ja ilmoittautumiset 8.3.2024 mennessä: toimisto@rekikoski.fi,
02 567 797

12.–14. SPECIAL OLYMPICS -PERHELEIRI, NASTOLA

Tervetuloa avoimelle kehitysvammaisten Special Olympics -perheleirille Liikuntakeskus Pajulahteen Lahden Nastolaan 12.–14. huhtikuuta 2024.

Perheleiri on polku 8–13-vuotiaalle kehitysvammaiselle lapselle mukaan Special Olympics -toimintaan. Leirillä saa tietoa Special Olympics -toiminnasta, pääsee tutustumaan toisiin perheisiin ja kokemaan vertaisuutta. Ja tietenkin liikutaan!

Leirillä koko perhe touhua yhteisesti ja myös vanhemmille on omaa ohjelmaa. Mukaan voi tulla myös sisaruksia.

Samana viikonloppuna koolta ovat eri lajien kokeneet kehitysvammaiset Special Olympics Athlete Leader -urheilijat, jotka vetävät mm. info- ja liikuntatuokioita perheleirille harjoittaen samalla omia ohjaus-, esiintymis- ja johtamistaitojaan. Koolta tulee olemaan n. 20 Athlete Leader -urheilijaa.

HINTA

- 125 €/hlö, (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen)

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset 11.3. mennessä Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoittauduttava erikseen. Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: kaisa.kiri@paralympia.fi, 050 436 7612).

Jos sinulla ei ole vielä Suomisport-tiliä, järjestelmä ohjaa sinut automaattisesti tilin luomiseen, jonka jälkeen ohjautut tapahtuman ilmoittautumiseen. Vanhemman/huoltajan roolissa on ensin luotava Suomisport-tili ja sen jälkeen lisätävä huollettava oman tilin alle.

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimella tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan-palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Kaisa Kiri, p. 050 436 7612, kaisa.kiri@paralympia.fi.

12.–14. SPECIAL OLYMPICS -LUMIKENKÄILYN FYSIIKKALEIRI, LOHJA

Kehitysvammaisten Special Olympics -lumikenkäilyn avoin fysiikkaleiri järjestetään 12.–14. huhtikuuta 2024 Kisakallion Urheiluopistolla, Lohjalla.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja.

HINTA

- 135 € (sis. majoitus, ruokailut, ohjaus ja leirivakuutus)

Huoltajien/avustajien hinta sama kuin leiriläisellä.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset 24.3. mennessä Suomisport-järjestelmässä. *(Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.)*

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitauduttava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä.

Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, käytäntö on muuttunut. Valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatetaan maksamaan -palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

20.4. HIMOS-LEITNER -ALPPIHIIHTOKILPAILUT

Himos-Leitner -alppihiihtokilpailut liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisille sekä elinsiirron saaneille laskijoille järjestetään lauantaina 20. huhtikuuta 2024 klo 8.00 alkaen Pohjois-Himoksella Jämsässä.

Kilpailu järjestetään 8–16 v junioreiden Leitner-kilpailun yhteydessä soveltavan alppihiihdon sarjana. Lajina on suurpujottelu. Radan voi laskea suksilla tai lumilaudalla.

Lasketaan sovelletuin Special Olympics -säännöin: ensimmäinen lasku = tasoluokittelu ajan perusteella, toinen lasku = finaali, loppu aika = kahden laskun yhteistulos.

Ajat ja paikat tarkentuvat myöhemmin ja ovat luettavissa Himoskin sivustolta www.himoski.com.

HINNAT

- Osallistumismaksu 40 €, (sis. hissilipun)
Maksu 16.4. mennessä HimoSkin tilille FI30 50910320 0348 94, lisätietoihin maininta: soveltava Leitner + kilpailijan nimi.
- Yhteismajoitus mökeissä pe–la Pohjois-Himoksella (sis. ilta- ja aamupalan) 55 €
Varaus ilmoittautumisen yhteydessä, laskutetaan Suomen Paralympiakomiteasta kisan jälkeen.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset 8.4. mennessä.

Rinneyhtiön vaatimus on, että kilpailijat käyttävät aina hissilippua hissiin mennessään.

Kilpailijaliput kisatoimistosta, huoltajaliput lippuluukulta (la 8.00).

Kisatoimisto auki perjantai-iltana ja lauantai-aamuna. Perjantaina illalla joukkueenjohtajien kokous. Rataan tutustuminen kisapäivänä jo klo 8.00, palkintojen jako n. klo 17.00.

19.–21.4. SPECIAL OLYMPICS UNIFIED-JALKAPALLO- JA FUTSAL-LEIRI

Tervetuloa kehitysvammaisten Special Olympics unified-jalkapallo- ja futsal-leirille Liikuntakeskus Pajulahteen Lahden Nastolaan 19.–21. huhtikuuta 2024.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille ja vammattomille partner-urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja.

HINTA

- 135 euroa/hlö (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen)
Huoltajien/avustajien hinta sama kuin leiriläisellä.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset leirille 22.3. mennessä Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydes-

sä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoittauduttava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä.

Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan -palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

3.-5. SPECIAL OLYMPICS -UNIFIED-TRIATHLONLEIRI, NASTOLA

Tervetuloa kehitysvammaisten Special Olympics -Unified-triathlonleirille Liikuntakeskus Pajulahteen Lahden Nastolaan 3.–5. toukokuuta 2024!

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille sekä vammattomille partneriurheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja.

HINTA

- 135 € /hlö (sis. majoituksen, ruokailut, ohjelman ja vakuutuksen)
Huoltajien/avustajien hinta sama kuin leiriläisellä.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset leirille 5.4. mennessä Suomisport-järjestelmässä. *(Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.)*

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoittauduttava erikseen. Tapahtuman maksu Suomisport-järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan -palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

24.5. TURKU SPECIAL OLYMPICS ATHLETICS GAMES

Kehitysvammaisten yleisurheilun Turku Special Olympics Athletics Games järjestetään 24. toukokuuta 2024 Turussa Paavo Nurmen stadionilla.

Kilpailut alkavat klo 9.00.

Kilpailut järjestää Turunseudun kenttärheilijat ry yhteistyössä Suomen Paralympiakomitean kanssa.

Lisätiedot: Janne Keränen, Turunseudun kenttärheilijat ry, keranen.janne@gmail.com, puh. 040 50 44924.

2.6. SPECIAL OLYMPICS -MELONNAN PÄIVÄLEIRI, NASTOLA

Special Olympics -melojien kauden avaus (päiväleiri) järjestetään sunnuntaina 2. kesäkuuta 2024 klo 10–17 Liikuntakeskus Pajulahdessa Nastolassa.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja.

Leiri sisältää lounaan Pajulahdessa, 2 kertaa melontaa, pienet grillailut päivän päätteeksi sekä vakuutuksen. Grillailut klo 16–17 eli vanhemmat silloin tervetulleita!

Kajakit ja muut välineet Pajulahden puolesta ja halutessaan voi tuoda omat välineet.

HINTA

- 30 €

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautuminen 27.5. mennessä Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoittauduttava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan -palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

8.–9.6. SPECIAL OLYMPICS TAITO–TEMPPU–TASAPAINO -LEIRI, NASTOLA

Kehitysvammaisten Special Olympics Taito–Temppu–Tasapaino -leiri järjestetään Liikuntakeskus Pajulahdessa Lahden Nastolassa 8.–9. kesäkuuta 2024.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille ja vammattomille partnerurheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti valmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla urheilijan oma avustaja.

Tällä leirillä harjoitellaan monipuolisesti urheilijan taitoja, tasapainoa ja muita tär-

keitä ominaisuuksia, jotta sinusta tulisi vielä parempi urheilija. Leirillä ei harjoitella suoraan mitään yksittäistä lajia, vaan kaikkien lajien urheilijoille sopivia harjoitteita. Leiriltä saat mukaasi harjoitusohjeet kotiharjoittelua varten.

HINTA

• 80 €/hlö (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen)
Huoltajien/avustajien hinta sama kuin leiriläisellä.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset 10.5. mennessä sähköisesti Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitettava erikseen. Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Mikäli osallistuminen jo maksettuaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: timo.pelkonen@paralympia.fi, 050 596 5015).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hintaa € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan-palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Timo Pelkonen,
timo.pelkonen@paralympia.fi, 050 596 5015

9.6. SPECIAL OLYMPICS -GOLFLEIRI, TAMPERE

Special Olympics -golfin leiri järjestetään 9. kesäkuuta Golf Pirkkalassa, Tampereen Pirkkalassa.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Jari Rantanen, puh. 040 521 3281,
jari.rantanen@tietoevry.com.

15.6. RATAMELONNAN SPECIAL OLYMPICS -KILPAILUT (200 M, 500 M), LAHTI

Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut järjestetään 15. kesäkuuta Suomen Cup -kilpailun yhteydessä Lahdessa.

Kilpamatkat: 200 m, 500 m.

Melojalla pitää olla voimassa vakuutus, joka kattaa myös melontakilpailut (kilpailulisenssi) sekä oma kanootti ja kelluntaliivi.

Aikataulu selviää lähempänä kisoja.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautuminen suoraan kisajärjestäjälle.

Lisätiedot: Timo Aalto, aalto.timo@gmail.com puh. 0400 011 184

Melonnan kilpailukalenteri:

<https://melontajasoutuliitto.fi/kilpailut/kilpailukalenteri-2024/>

6.7. RATAMELONNAN SPECIAL OLYMPICS -KILPAILUT, 200 M, 500 M, TAMPERE

Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut järjestetään SM osa 1 ja Melonnan Suomen Cup 5 -kisojen yhteydessä Tampereella 6. heinäkuuta 2024.

Kilpamatkat: 200 m, 500 m

Melojalla pitää olla voimassa vakuutus, joka kattaa myös melontakilpailut (kilpailulisenssi) sekä oma kanootti ja kelluntaliivi.

Aikataulu selviää lähempänä kisoja.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautuminen suoraan kisajärjestäjälle.

Lisätiedot: Timo Aalto, aalto.timo@gmail.com, puh. 0400 011 184

Melonnan kilpailukalenteri:

<https://melontajasoutuliitto.fi/kilpailut/kilpailukalenteri-2024/>

13.7. RATAMELONNAN SPECIAL OLYMPICS -KILPAILU, 2 KM, PORI

Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut 2 km matkalla järjestetään

13. heinäkuuta 2024 Maraton SM 2 ja Sekapari SM ja Melonnan Suomen Cup 6, -kilpailujen yhteydessä Porissa.

Melojalla pitää olla voimassa vakuutus, joka kattaa myös melontakilpailut (kilpailulisenssi) sekä oma kanootti ja kelluntaliivi.

Aikataulu selviää lähempänä kisoja.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautuminen suoraan kisajärjestäjälle.

Lisätiedot: Timo Aalto, aalto.timo@gmail.com, puh. 0400 011 184

Melonnan kilpailukalenteri:

<https://melontajasoutuliitto.fi/kilpailut/kilpailukalenteri-2024/>

16.–18. SPECIAL OLYMPICS -MELONTALEIRI (MELONTA- JA SOUTULIITON MELONNAN SUURLEIRI), NASTOLA

Suomen Melonta- ja soutuliiton järjestämä Suurleiri, jossa on mukana Special Olympics -melontaleiri, järjestetään 16.–18. heinäkuuta 2024 Liikuntakeskus Pajulahdessa.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautuminen Melonta- ja soutuliiton leirikutsun kautta.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

2.–4.8. SPECIAL OLYMPICS -KESÄLAJIEN MONILAJILEIRI, NASTOLA

Tervetuloa kehitysvammaisten Special Olympics -kesälajien – uinnin, yleisurheilun, tenniksen, melonnan, salibandyn, Unified-lentopallon /-beach volleyn ja pöytätenniksen avoimelle leirille Liikuntakeskus Pajulahteen Lahden Nastolaan 2.–4. elokuuta 2024.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v) sekä beach volleyn vammattomille Unified-partneripelaajille. Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja. Melontaan ja uintiin osallistuvien tulee olla uimataitoisia (minimi 25 m uimataito).

Urheilija voi osallistua vain yhden lajin valmennukseen.

Melonnassa myös leirikisa sunnuntaina. Lisäksi uimista rannalla ja yhteistä ohjelmaa.

HINTA

- 135 euroa/hlö, (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen sekä melonnan leirikisan)

Huoltajien/avustajien hinta sama kuin leiriläisellä.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset leirille 3.7. mennessä Suomisport-järjestelmässä. *(Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.)*

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitauduttava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan-palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

3.8. SPECIAL OLYMPICS -KEILAILUN PÄIVÄLEIRI, TAMPERE

Kehitysvammaisten Special Olympics -keilailun päiväleiri järjestetään 3. elokuuta Tampereella Kaupin keilahallilla.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja/huoltaja.

Omat keilailukengät, -pallot mukaan! Tarvittaessa voi käyttää myös keilahallin palloja ja kenkiä. Leirille mahtuu mukaan 16 keilaajaa.

OHJELMA

- 11.45 saapuminen
- 12–13.30 rataharjoitukset
- 13.30 lounas keilahallin kabinetissa
- 14.30–16 rataharjoitukset

HINTA

- 35 € /urheilija (sis. ohjauksen, ratamaksut, lounaan ja vakuutuksen)
- 10 € /avustaja tai huoltaja (sis. ohjaus, lounas ja vakuutus)

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautuminen 21.7. mennessä Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimkeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitauduttava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä.

Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan-palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot:

Ilmoittautumisasiat: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373

Leiriasiat: Valmentaja Päivi Uusinarkaus, paivi.uusinarkaus@redu.fi, puh. 040 756 9123.

3.–4.8. SPECIAL OLYMPICS -GOLFLEIRI, HÄMEENLINNA

Special Olympics -golfin leiri järjestetään 3–4. elokuuta 2024 Golf Hämeenlinnassa.

Kenttä selviää myöhemmin (Tawast/Aulanko/Vanajanlinna).

Leiri sisältää leirikisan (9 tai 18 reikää) toisena päivänä.

Majoitusmahdollisuus hotellissa, ilmoita majoitustarve ilmoittautumisen yhteydessä.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset Jari Rantanen, puh. 040 521 3281, jari.rantanen@tietoevry.com.

4.8. SPECIAL OLYMPICS -KEILAILUN PÄIVÄLEIRI, OULU

Kehitysvammaisten Special Olympics -keilailun päiväleiri järjestetään 4. elokuuta Oulussa Alppila Bowlingissa.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja/huoltaja.

Omat keilailukengät, -pallot mukaan! Tarvittaessa voi käyttää myös keilahallin palloja ja kenkiä. Leirille mahtuu mukaan 16 keilaajaa.

OHJELMA

- 11.45 saapuminen
- 12–13.30 rataharjoitukset
- 13.30 lounas keilahallin kabinetissa
- 14.30–16 rataharjoitukset

HINTA

- 35 € /urheilija, (sis. ohjauksen, ratamaksut, lounaan ja vakuutuksen)
- 10 € /avustaja tai huoltaja (sis. ohjaus, lounas ja vakuutus)

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautuminen 21.7. mennessä Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydes-

sä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoittauduttava erikseen. Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä. Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan -palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot:

Ilmoittautumisasiat: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

Leiriasiat: Valmentaja Päivi Uusinarkaus, paivi.uusinarkaus@redu.fi, puh. 040 756 9123

7.9. RATAMELONNAN SPECIAL OLYMPICS -KILPAILUT, 200 M, 500 M, HÄMEENLINNA

Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut (200 m, 500 m) järjestetään 7. syyskuuta 2024 melonnan Suomen Cup -päätöksen yhteydessä Hämeenlinnassa.

Melojalla pitää olla voimassa vakuutus, joka kattaa myös melontakilpailut (kilpailulisenssi) sekä oma kanootti ja kelluntaliivi. Ilmoittautuminen suoraan kisa-järjestäjälle.

Aikataulu selviää lähempänä kisoja.

Lisätiedot: Timo Aalto, aalto.timo@gmail.com, puh. 0400 011 184

Melonnan kilpailukalenteri:

<https://melontajasoutuliitto.fi/kilpailut/kilpailukalenteri-2024/>

14.–15.9. SOVELTAVAN TAITOLUISTELUN JA SPECIAL OLYMPICS -TAITOLUISTELUN LEIRI, NASTOLA

Tervetuloa Soveltavan taitoluistelun ja kehitysvammaisten Special Olympics -taitoluistelun avoimelle leirille Liikuntakeskus Pajulahteen, Nastolaan 14.–15. syyskuuta 2024.

Leirille voi osallistua itsenäisesti tai mukana voi olla oma avustaja tai perhe.

Leiriohjelma alkaa lauantaina 14.9. klo 11 ja kestää sunnuntaihin 15.9. klo 14 asti.

Leirille voi saapua tarvittaessa jo perjantaina 15.9.

HINNAT

- LA–SU 85 € /hlö (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen)
 - PE–SU 135 € /hlö (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen)
- Huoltajien/avustajien/perheenjäsenten hinta sama kuin leiriläisellä.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset leirille 15.8. mennessä Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitettava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä.

Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (maksun palautusta varten ota yhteyttä: elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan-palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

11.–13.10. 8 LAJIN SPECIAL OLYMPICS -MONILAJILEIRI, NASTOLA

Tervetuloa kehitysvammaisten avoimelle 8 lajin Special Olympics -leirille Liikuntakeskus Pajulahteen Lahden Nastolaan 11.–13. lokakuuta 2024.

Lajeina: salibandy, tennis, uinti, ratsastus, Unified-triathlon, rytminen voimistelu, yleisurheilu sekä Unified-jalkapallo ja -futsal.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v), sekä jalkapallon ja triathlonin vammattomille Unified-partneriurheilijoille. Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja. Uintiin ja Unified-triathloniin osallistuvien tulee olla uimataitoisia (minimi 25 m uimataito).

Ratsastukseen otetaan 8 urheilijaa ilmoittautumisjärjestyksessä, huom. ratsastajan painoraja 85 kg.

Huom. Ratsastuksen saapuminen pe 13.10. jo klo 15.30–15.45, muut lajit 16.30–17.

Urheilija voi osallistua vain yhden lajin valmennukseen. Lauantai-iltapäivän treeni on lajinvaihtotreeni, jossa voi kokeilla jotain muuta lajia, tai jatkaa omassa leirilajissaan. Leirillä lisäksi yhteistä ohjelmaa.

HINNAT

- 135 € /hlö (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen)
Huoltajien/avustajien hinta sama kuin leiriläisellä.

Huom. yhteiskyytimahdollisuus bussilla! Ajettava reitti: Rovaniemi - Oulu - Äänekoski - Jyväskylä (Vaajakosken ABC) - Pajulahti ja takaisin. Yhteiskyydin menopaluuhintana leiriläisiltä ja huoltajilta Rovaniemeltä 40 € /hlö, Oulusta 30 € /hlö, Äänekoskelta 20 € /hlö ja Jyväskylästä (Vaajakosken ABC) 20 € /hlö. Bussimaksu käteismaksuna leirivastaava Elinalle Pajulahdessa.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset leirille 11.9. mennessä Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimella tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoittauduttava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä.

Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (ota yhteyttä elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373 maksun palautusta varten).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan -palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

6.–8.12. LUMILAJIEN SPECIAL OLYMPICS -LEIRI, JYVÄSKYLÄ

Kehitysvammaisten Special Olympics -hiihdon, -alppihiihdon, -lumilautailun ja -lumikenkäilyn leiri järjestetään 6.–8. joulukuuta 2024 Jyväskylän Laajavuorella.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja tai huoltaja/huoltajat.

Urheilija voi osallistua vain yhden lajin valmennukseen.

HINNAT

- 140 € /hiihto ja lumikenkäily (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja leirivakuutuksen)
- 65 € /hiihto ja lumikenkäily ilman majoitusta (sis. ruokailut, ohjauksen ja leirivakuutuksen)
- 170 € /alppihiihto ja lumilautailu (sis. majoituksen, ruokailut, ohjauksen, leirivakuutuksen ja hissilipun)
- 95 € /alppihiihto ja lumilautailu ilman majoitusta (sis. ruokailut, ohjauksen, leirivakuutuksen ja hissilipun)

Majoitus ja ruokailut: Outdoor Hostel Laajis (Laajavuorentie 15, 40740 Jyväskylä).
Huoltajien/avustajien tai muiden perheenjäsenten hinta sama kuin leiriläisellä.

Lisäkustanne välinevuokrauksesta, jos ei ole omia välineitä alppihiihtoon, lumilautailuun tai hiihtoon. Välinevuokraus maksetaan paikan päällä. Lumikenkäilyn välineet saa paikan päältä ja ne sisältyvät leirihintaan.

ILMOITTAUDU MUKAAN

Ilmoittautumiset 17.11. mennessä Suomisport-järjestelmässä. (*Ilmoittautumislinkki julkaistaan myöhemmin sivuston www.specialolympics.fi tapahtumakalenterissa sekä Suomisportissa.*)

Jos olet jo luonut Suomisport-tilin esim. aiemman ilmoittautumisen yhteydessä, ilmoittautuessa tilataan vain kirjautumiskoodi (puhelimeen tai sähköpostiin). Suomisport-tili luodaan vain kerran.

Jokaisen osallistujan (esim. avustaja tai perheenjäsen) on ilmoitauduttava erikseen.

Tapahtuman maksu järjestelmän kautta ilmoittautumisen yhteydessä.

Mikäli osallistuminen jo maksettuun tapahtumaan peruuntuu, maksu palautetaan (ota yhteyttä elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373 maksun palautusta varten).

Huom. Jos haluat maksaa leirin laskulla, valitse leirihinta ja paina sinisestä Hinta € eteenpäin-palkista. Valitse maksutapa-valikosta Muut maksutavat-kohdasta Svea Lasku (laskutuslisä +5 € tai Svea Erämaksu, jolloin laskun saa useassa erässä, mutta korkeammalla lisämaksulla) ja paina sinisestä Jatketaan maksamaan-palkista. Laskun voi valita tulemaan sähkö- tai paperipostina.

Valmentajien ilmoittautuminen VALMENTAJA-alennuskoodilla.

Lisätiedot: Special Olympics Finland, Elina Ahtiainen,
elina.ahtiainen@paralympia.fi, 045 139 7373





Kiitos tuestanne.