

AKT:n Kesäpäivien Yleisurheilukilpailut, tikanheitto ja köydenveto aikataulu 8.8.2026, Vantaan Hiekkaharjun liikuntapuisto

AIKATAULU

10.00	Avaus AKT:n puheenjohtaja	
10.10	M60- M85 pituus	(13)
	N- N45 kuula (4 kg)	(4)
10.20	M-M35 100 m	1 erä (4+1)
10.25	M40-M45 100 m	1 erä (3+1)
10.30	M50-M55 100 m	1 erä (1+4)
	N50-N70 kuula (3 kg), N75 kuula (2 kg)	(13)
11.00	M-M55 pituus	(13)
11.10	M60-65 kuula (5 kg)	(8)
	N 100 m (kaikki ikäluokat)	1 erä (1+2)
11.30	Köydenveto	(4 joukkuetta)
11.40	M70-75 kuula (4 kg)	(9)
	M60-65 100 m	1 erä (2+3)
12.00	N pituus (kaikki ikäluokat)	(5)
12.10	M80-85 kuula (3 kg)	(3)
12.20	M70-75 100 m	1 erä (5+3)
12.25	M-M45 kuula (7,26 kg),	(7)
	M50-55 kuula (6 kg)	(8)
	M80-85 100 m	1 erä (2+1)
13.00	Ruotsalaisviesti	1 erä (2 joukkuetta)
	Beach volley-turnaus	(3 joukkuetta)
13.15	M 800 m (70v ja yli)	1 erä (7)
13.30	M 1500 m (alle 70 v)	1 erä (13)
14.00	Maastojuoksu 3 km (N kaikki sarjat & M 45-80v)	(16)
	Maastojuoksu 5 km (M-M40v)	(5)
10.15–13.45	Tikanheitto	

Aikataulun lukuohje ikäluokkien osalta:

Ikäluokkasarjojen osalta on aikataulussa mainittu kunkin ikäluokan alin vuosimäärä. Esimerkiksi siis merkintä M35 tarkoittaa aikataulussa 35-39 vuotiaita miehiä ja merkintä M40 tarkoittaa 40-44 vuotiaita miehiä. Eri ikäluokkien kilpailuja toteutetaan myös yhteisesti. Esimerkiksi merkintä M40-M45 tarkoittaa 40-49 vuotiaita miehiä.