



Huhtikuussa harjoitukset vielä tiistaina 9.4 ja 16.4

ti 9.4 pidetään harjoitusten yhteydessä heittokisa 6-8v pallonheitto ja 9-13v kuulantyöntö
ti 16.4 on viimeinen harkkakerta hallikaudella ja silloin harkan lisäksi juoksukisa, 30m.
MOLEMMISTA KISOISTA JAETAAN KAIKILLE OSANOTTAJILLE PALKINNOT TIISTAINA 16.4 HALLILLA !

KESÄN 2013 URHEILUKOULU ALKAA

KARHULAN KESKUSKENTÄLLÄ TORSTAINA 23.5 klo 17.30



-myöhemminkin voi tulla mukaan

-harkat tiistaisin ja torstaisin, eikä ole pakko olla paikalla joka kerta,
 voi tulla silloin kun itselle sopii. **KAIKKI MUKAAN !**

JOKAINEN SAA myöhemmin vielä esitteen kesän urheilukoulusta !



KARHULAN URHEILIJOIDEN KESÄLEIRI to-su 4.-7.7. Lintukodossa, Turkialla

Mukavaa kesäohjelmaa 8-15 v:lle tytöille ja pojille. Luvassa ohjattua leiritoimintaa, pelejä, kisailuja, uintia, saunomista ja hyvää ruokaa. Ei urheiluleiri. Avoin kaikille lapsille. Sisämajoitus.

Leirimaksu 50 e, sisarukset 40 e. Kuljetus sisältyy hintaan. Tiedustelut Arja-Leena Vesa puh. 044-0267003



KEVÄÄN PM-KILPAILUT

Teutjärven ympärijuoksu 2013 su 14.04. klo 12:00 alkaen: Loviisa, MMS talo, Ruotsinkylä
HUOM ! KISA ON SAMALLA MAANTIEJUOKSUN PM-KILPAILU

Järjestävä seura

Ruotsinpyhtään Kisailijat <http://www.ruotski.sporttisaitti.com>

M/N: 14,5km M19: 14,5km M35, 45, 50, 60 14,5km

N19 / 17 M17: maantiejuoksu 7,0km P/T15,14,13,12: maantiejuoksu 3,5km

P/T 11,10,9: maantiejuoksu 2,0km

ILMOITTAUTUMINEN 11.04.2013 mennessä Arja-Leena Vesa p. 0440267003
 tai Jukka Seppälä p. 0405922764, jukka.seppala@kymp.net

Kymenlaakson pm-maastot T/P 9-15

to 09.05. klo 11.00 alk.

Kouvola, Kuusankosken Urheilupuisto, Kettumäen pururata

Järjestävä seura

Kuusankosken Kisa

P/T15, P/T14: maastojuoksu 3km, P/T13, P/T12: maantiejuoksu 2km

P/T11, P/T10, P/T9: maastojuoksu 1km

ILMOITTAUTUMINEN 30.04.2013 mennessä Arja-Leena Vesa p. 0440267003
 tai Jukka Seppälä p. 0405922764, jukka.seppala@kymp.net