

Nurmijärven Yleisurheilu ry

Valmennustukisäännöstö

Valmennustukea myönnetään seuraavan vuoden harjoittelu- ja kilpailukustannuksiin tehdyn suunnitelman ja sopimuksen mukaisesti seuraavin perustein:

Valmennustukea voi saada M/N16-sarjalainen tai vanhempi urheilija. Nuoremmille urheilijoille ei myönnetä valmennustukea.

Valmennustuki muodostuu neljästä osasta: 1) saavutus, 2) tulos, 3) SM-pisteet ja 4) seuraluokittelupisteet. Valmennustukea myönnetään, jos valmennustukea kertyy saavutuksen ja/tai tuloksen perusteella. Ainoastaan SM-pisteiden ja seuraluokittelupisteiden perusteella valmennustukea ei myönnetä.

1. Paras saavutus

sijoitus	OK/MM/EM	EM/MM 17-22	Kalevan Kisat	SM M/N22	SM M/N19	SM M/N17	SM-viestit 17v-
1	5000	2000	1500	800	600	450	200
2	4500	1900	1300	700	500	400	170
3	4000	1800	1200	600	400	350	140
4	3000	1700	1100	500	300	250	110
5	3000	1600	1000	400	200	150	80
6	3000	1500	800	250	150	100	50
7	3000	1400	700	200			
8	3000	1300	600	150			
9	3000						
10	3000						

Valmennustuen saavutusosa lasketaan vain parhaasta saavutuksesta. Paras saavutus määritellään taulukosta suurimman tukisumman mukaisesti. Viestien sarakkeessa oleva summa on urheilijaa kohti jaettava summa.

2. Tuloksen mukainen valmennustuki

	M 3 000 €	M 1 500 €	M 800 €	M 400 €	M 200 €	M22 180 €	M19 150 €	M17 100 €
100 m	10,20	10,50	10,80	10,95	11,20	11,20	11,25	11,40
200 m	20,50	21,50	21,95	22,25	22,65	22,80	22,95	23,35
300 m								37,10
400 m	45,50	47,80	49,20	49,60	50,85	51,50	51,85	
800 m	1.45,80	1.50,00	1.52,50	1.54,50	1.56,50	1.58,00	2.00,00	2.03,00
1500 m	3.36,00	3.46,00	3.53,00	3.57,00	4.00,50	4.07,00	4.13,00	4.23,00
3000 m	7.48,00	8.17,00	8.27,00	8.35,00	8.50,00	8.50,00	9.14,00	9.36,00
5000 m	13.15,00	14.15,00	14.42,00	15.00,00	15.35,00	15.55,00	16.40,00	
10000 m	27.45,00	29.50,00	31.20,00	32.00,00	33.00,00			
maraton	2.09.30	2.22.00	2.29.30	2.37.00	2.42.00			
110 m aj	13,55	14,25	14,80	15,25	15,90	16,40	16,10	15,50
300 m aj								42,65
400 m aj	49,70	52,15	55,10	57,50	59,00	60,60	61,40	61,00
1500 m ej								4.50,00
2000 m ej							6.45,00	7.00,00
3000 m ej	8.24,00	9.00,00	9.25,00	9.45,00	9.57,00	10.20,00	10.35,00	
korkeus	226	213	204	199	192	188	184	182
seiväs	555	540	486	470	445	410	390	360
pituus	805	760	715	700	685	655	645	635
3-loikka	16.85	15.50	14.70	14.10	13.85	13.35	12.90	12.75
kuula	20.00	18.00	16.60	15.75	15.00	12.95	13.40	14.40
kiekko	62.75	59.00	51.50	48.50	45.00	40.00	42.00	43.00
keihäs	80.00	76.00	71.00	66.50	64.00	61.00	57.50	59.00
moukari	75.75	70.00	62.50	57.00	53.00	41.00	41.00	48.00
10-ottelu	7850	7350	6450	6000	5700	5100	5210	5200
3000 m kävely								15.50,00
5000 m kävely						25.20,00	25.50,00	27.00,00
10000 m kävely	40.30,00	44.00,00	46.50,00	49.30,00	51.20,00	52.00,00	53.00,00	
10 km kävely								54.40
20 km kävely	1.21.30	1.30.00	1.39.00	1.42.00	1.47.20	1.48.45	1.52.00	
50 km kävely	3.53.00	4.10.00	4.28.00	4.45.00	5.05.00			

	N 3 000 €	N 1 500 €	N 800 €	N 400 €	N 200 €	N19 150 €	N17 100 €
100 m	11,25	11,80	12,05	12,35	12,50	12,75	12,85
200 m	22,90	24,50	25,50	26,00	26,40	26,40	26,75
300 m							42,45
400 m	51,50	55,75	56,10	58,00	59,00	62,00	62,40
800 m	2.00,50	2.07,00	2.10,00	2.15,00	2.17,00	2.23,00	2.25,00
1500 m	4.07,00	4.23,00	4.32,00	4.44,00	4.51,00	5.02,00	5.10,00
3000 m	9.00,00	9.45,00	9.55,00	10.30,00	10.45,00	11.05,00	11.13,00
5000 m	15.15,00	16.50,00	17.30,00	18.20,00	18.45,00	19.10,00	
10000 m	31.50,00	35.10,00	36.45,00	38.45,00	39.25,00		
maraton	2.28.00	2.52.00	2.59.00	3.12.00	3.20.00		
100 m aj	13,00	13,75	14,30	14,80	15,45	16,10	15,10
300 m aj							46,90
400 m aj	56,30	60,30	61,65	65,80	67,10	71,60	
1500 m ej							6.02,00
2000 m ej						7.35,00	7.55,00
3000 m ej	9.42,00	10.30,00	11.10,00	12.20,00	12.40,00	13.00,00	
korkeus	189	178	174	168	164	159	157
seiväs	435	385	365	330	320	295	270
pituus	664	620	600	575	565	545	535
3-loikka	14.00	13.00	12.50	12.00	11.65	11.30	11.10
kuula	17.40	14.70	13.50	12.20	11.95	10.80	12.00
kiekko	59.00	51.00	46.00	41.50	39.00	34.00	32.00
keihäs	58.50	54.00	50.50	45.00	42.50	36.50	37.50
moukari	68.50	60.00	56.50	50.00	47.50	41.50	37.50
7-ottelu	5950	5400	4750	4100	3850	3650	3920
3000 m kävely				15.30,00	16.00,00	16.20,00	16.40,00
5000 m kävely	21.55,00	23.30,00	24.45,00	26.30,00	27.05,00	27.30,00	28.15,00
10 km kävely	43.50	49.00	52.00	55.00		55.50	59.20
20 km kävely	1.32.00	1.44.00	1.50.30	1.58.00		2.00.00	

Urheilijalle myönnetään tuloksen mukaista valmennustukea vain parhaasta tuloksesta. Paras tulos määrittää taulukosta suurimman tukisumman mukaisesti. Aitajuoksussa ja heittolajeissa tulee huomioida, että ylemmän ikäluokan tulokset on tehtävä kyseisen sarjan aitakorkeuksilla / välineillä.

3. Kalevan Malja – pisteet

Kalevan Malja-pisteen arvo on 15 €. Jokainen saavutettu piste lisää valmennustukea. Viestijoukkueen saavuttamat pisteet jaetaan tasan joukkueen kesken.

4. Seuraluokittelu / pm

Kaikkien seuraluokitteluun vaikuttavien pm - osallistumisten määrä lisää valmennustukea 5 eurolla /luokittelupiste. 1 osallistuminen on 0,5 pistettä.

Valmennustukikausi

Valmennustukikausi on lokakuusta syyskuuhun (1.10. -30.9). Valmennustuista seuraavalle harjoituskaudelle päätetään syyskuussa ja valmennustukisopimukset pyritään tekemään ennen valmennustukikauden alkua.

Valmennustuen saaminen saavutusta ja tulosta seuraavalle harjoituskaudelle edellyttää:

- 1) urheilija edustaa seuraa tulevalla kaudella ja harjoittelee tavoitteellisesti
- 2) urheilija (alaikäisen kohdalla huoltaja) allekirjoittaa valmennustukisopimuksen ja urheilija sitoutuu kilpailemaan yhteisesti sovitussa kilpailuissa sekä osallistumaan Kunniakierrokseen
- 3) urheilija (huoltaja) ja henkilökohtainen valmentaja tekevät yhdessä valmennuspäällikön kanssa suunnitelman valmennustuen käytöstä valmennustuen liitteeksi

Valmennustukea käytetään ensisijaisesti seuraavassa tärkeysjärjestyksessä

- 1) seuran tai henkilökohtaisen valmentajan valmennusmaksut
- 2) seuraleirimaksu
- 3) muu leiritys
- 4) lihahuolto
- 5) omassa lajissa tarvittavat välineet ja tarvikkeet
- 6) kilpailuista aiheutuneet kulut ja muut urheilusta aiheutuneet kulut

Harkinnanvarainen tuki

Johtokunta voi myöntää mm. loukkaantumisen vuoksi ilman saavutus- ja tulostukea jääneelle urheilijalle lisätukea.