

AIKUISTEN OHJELMA KEVÄT 2026 (13.1.2026/A. Simola)



PENTATHLON
HÄMEENLINNA

KEVÄTKAUSI ALKAA 7.1.2026

Kurssit/ 5-
otteluleirit

Esteratatreeni

Yhteistreenit
HsM:n kanssa

Kilpailut tms.

	Pvm	Klo-aika	Ryhmä	Paikka	Laji	Ohjaaja 1	Huom.
Tammikuu							
	Ke 7.1.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu / miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	La 10.1.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
	Ma 12.1.2026	klo 18–19	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Kurssilaiset /Wille	
	Ke 14.1.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu / miekkailu	Nimetään myöhemmin	
Ampuma- juoksu uinnin lisäksi	La 17.1.2026	klo 9–10 ja 10.30–12	Juniorit & aikuiset	Uimahalli ja liikuntasali	Uinti, ampumajuoksu	Wille/Anttti	
Salimuutos	Ma 19.1.2026	klo 20–21	Juniorit & aikuiset	Uimahallin liikuntasali	Miekkailu	Kurssilaiset /Wille	
Salimuutos	Ke 21.1.2026	klo 18–19	Lapset, Juniorit & aikuiset	TEHO-areena Liikuntakeskus	ESTERATA (Obstacle Run)	Wille/Antti/Anna	Nummikeskuksen sali varattu
	La 24.1.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Wille	
	Ma 26.1.2026	klo 18–19	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Kurssilaiset /Wille	
Salimuutos	Ke 28.1.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset Yhteistreenit HsM:n kanssa	Vuorentaan koulu, Marssitie 90, 13500 Hämeenlinn	Miekkailu + mahdollisuus opareihin	Suvi Lehtonen / Kalpaveljet	Nummikeskuksen sali varattu
	La 31.1.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Sulevi	
Helmikuu							
	Ma 2.2.2026	klo 18–19	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Kurssilaiset /Wille	
	Ke 4.2.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	La 7.2.2023	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Wille	
	Ma 9.2.2026	klo 18–19	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Kurssilaiset /Wille	5-ottelu- ja Miekkailukurssi (9/5)
	Ke 11.2.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
5-otteluleiri	La 14.2.2026	klo 9–10; klo 10.30–12; 12- 13; 14-15	Juniorit & aikuiset	Hml uimahalli, liikuntasali, TEHO Areena	Uinti, miekkailu, ampumajuoksu ja esterata	Paula Soitjala	5-otteluleiri 1
Salimuutos	Ma 16.2.2026	klo 20–21	Juniorit & aikuiset	Uimahallin liikuntasali	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	Nummikeskuksen sali varattu
	Ke 18.2.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	La 22.2.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
	Ma 23.2.2026	klo 18–19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	

Salimuutos	Ke 25.2.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset Yhteistreenit HsM:n kanssa	Vuorentaan koulu, Marssitie 90, 13500 Hämeenlinna	Miekkailu + mahdollisuus opareihin	Suvi Lehtonen / Kalpaveljet	
	La 28.2.2026	klo 9-10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	

Maaliskuu

Salimuutos	Ma 2.3.2026	klo 20-21	Juniorit & aikuiset	Uimahallin liikuntasali	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	Nummikeskuksen sali varattu
	Ke 4.3.2026	klo 18-20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	La 7.3.2026	klo 9-10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
	Ma 9.3.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	Ke 11.3.2026	klo 18-20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
5-otteluleiri	La 14.3.2026	klo 9-10; 10.30-12; 12- 13; 14-15	Juniorit & aikuiset	Hml uimahalli, liikuntasali, TEHO Areena	Uinti, miekkailu, ampumajuoksu ja esterata	Paula Soitjala	5-otteluleiri 2
	Ma 16.3.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	Ke 18.3.2026	klo 18-20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	La 21.3.2026	klo 9-10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
	Ma 23.3.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset Yhteistreenit HsM:n kanssa	Nummikeskus	Miekkailu + mahdollisuus opareihin	Suvi Lehtonen / Kalpaveljet	
	Ke 25.3.2026	klo 18-20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	La 28.3.2026	klo 9-10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
	Ma 30.3.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	

Huhtikuu

	Ke 1.4.2026	klo 18-20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	La 4.4.2026	klo 9-10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
	Ma 6.4.2026	PÄÄSIÄIS- MAANANTAI		Ei treenejä			
	Ke 8.4.2026	klo 18-20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	La 11.4.2026	klo 9-10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
	Ma 13.4.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
	Ke 15.4.2026	klo 18-20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
5-otteluleiri	La 18.4.2025	klo 9-10; 10.30-12; 12- 13; 14-15	Juniorit & aikuiset	Hml uimahalli, liikuntasali, TEHO Areena	Uinti, miekkailu, ampumajuoksu ja esterata	Paula Soitjala	5-otteluleiri 3
	Ma 20.4.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	

Ke 22.4.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
La 25.4.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
Ma 27.4.2026	klo 18–19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
Ke 29.4.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ Miekkailu	Nimetään myöhemmin	

Toukokuu

La 2.5.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
Ma 4.5.2026	klo 18-19.30	Juniorit & aikuiset Yhteistreenit HsM:n kanssa	Nummikeskus	Miekkailu + mahdollisuus opareihin	Suvi Lehtonen / Kalpaveljet	
Ke 6.5.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
La 9.5.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
Ma 11.5.2026	klo 18–19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
Ke 13.5.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
La 16.5.2026	klo 9–10; 10.30–11.30;1 2.30-13.30; 14- 15	KAIKKI ryhmät	Uimahalli, liikuntasali, TEHO- areena ja ulkona	Uinti, miekkailu, Obstacle Run ja ampumajuoksu	Nimetään myöhemmin	SEURAN 5-OTTELUN MESTARUUSKISAT
Ma 18.5.2026	klo 18–19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
Ke 20.5.2026	klo 18–20.00	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Ampumajuoksu/ Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
La 23.5.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	
La 23.5.2026	Klo-aika täsmentyy myöhemmin	Juniorit & aikuiset	OCR Factory, Finnoon-laaksontie Espoo	Esteratakokeilu	Esterata käytetään 6.6.2026 SM- kisoissa	Kokeiluajankohta ilmoitetaan erikseen
Ma 25.5.2026	klo 18–19.30	Juniorit & aikuiset	Nummikeskus	Miekkailu	Nimetään myöhemmin	
Ke 27.5.2026	klo 18–19	Juniorit & aikuiset	Nummikeskuksen piha-alueella	Ampumajuoksu	Nimetään myöhemmin	
La 30.5.2026	klo 9–10	Juniorit & aikuiset	Uimahalli	Uinti	Nimetään myöhemmin	

Seuran
mestaruus

Kesäkuu

Ma 1.6.2026	klo 18–19	Juniorit & aikuiset	Uimahallin piha- alueella	Ampumajuoksu	Nimetään myöhemmin	
Ke 3.6.2026	klo 18–19	Juniorit & aikuiset	Uimahallin piha- alueella	Ampumajuoksu	Nimetään myöhemmin	
La 6.6.2026	Klo-aika täsmentyy myöhemmin	KOKO SEURA, lapset, juniorit & aikuiset	HELSINKI	5-OTTELUN SM- KILPAILUT	Alustavasti 5- ottelun SM-kilpailut 6.6.2026	
Ma 8.6.2026	klo 18–19	Lapset, juniorit ja aikuiset	Uimahallin piha- alueella	Ampumajuoksu	Wille/Antti	
Ke 10.6.2026	klo 18–19	Lapset, juniorit ja aikuiset	Uimahallin piha- alueella	Ampumajuoksu	Wille/Antti	

SM-kisat

KEVÄTKAUSI PÄÄTTYY 10.6.2026