# JUNIORIEN JA AIKUISTEN OHJELMA SYKSY 2026 (28.10.2026/A. Simola)

PENTATHLON HÄMEENLINNA

**KEVÄTKAUSI ALKAA 8.1.2026**

| Kurssit tai ulkopuolinen ohjaaja treeneissä | Esteratatreeni | Yhteistreenit HsM:n kanssa | Kilpailut tms. |
|---|---|---|---|

| | Pvm | Klo-aika | Ryhmä | Paikka | Laji | Ohjaaja 1 | Huom. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **LOKAKUU** | | | | | | | |
| | La 3.10.2026 | klo 9–10 | PERUTTU | Uimahalli | Uinti | Nimetään myöhemmin | PERUTTU UINTIKISOJEN VUOKSI |
| | Ma 5.10.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | Ke 7.10.2026 | klo 18-19 | Lapset, juniorit & aikuiset | TEHO Areena | Esterata | Nimetään myöhemmin | |
| | La 10.10.2026 | klo 9–10 | Juniorit & aikuiset | Uimahalli | Uinti | Nimetään myöhemmin | |
| | Ma 12.10.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Vuorentaan koulu | Miekkailu | Yhteistreenit HsM:n Kanssa | Nummikekuksellasali bandikisat |
| | Ke 14.10.2026 | klo 18-19 ja klo 19-20 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | La 17.10.2026 | klo 9–10 | Juniorit & aikuiset | Uimahalli | Uinti | Nimetään myöhemmin | |
| | Ma 19.10.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | Ke 21.10.2026 | klo 18-19 ja klo 19-20 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| Ohjattu tehotreeni | La 24.10.2026 | klo 9–10 klo 10.30-12 | Juniorit & aikuiset & HsM | Uimahalli | Uinti klo 9-10 Miekkailu klo 10.30-12 | Miekkailun tehotreenit Paula Soitiala | Miekailussa yhteistreenit HsM:n kannsa |
| | Ma 26.10.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | Ke 28.10.2026 | klo 18-19 ja klo 19-20 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | La 31.10.2026 | klo 9–10 | Juniorit & aikuiset | Uimahalli | Uinti | Nimetään myöhemmin | |
| **MARRASKUU** | | | | | | | |
| | Ma 2.11.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | Ke 4.11.2026 | klo 18-19 | Lapset, juniorit & aikuiset | TEHO Areena | Esterata | Nimetään myöhemmin | |
| | La 7.11.2026 | klo 9–10 | Juniorit & aikuiset | Uimahalli | Uinti | Nimetään myöhemmin | |
| | Ma 9.11.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | Ke 11.11.2026 | klo 18-19 ja klo 19-20 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | La 14.11.2026 | klo 9–10 | PERUTTU | Uimahalli | Uinti | Nimetään myöhemmin | PERUTTU UINTIKISOJEN VUOKSI |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Ma 16.11.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | Ke 18.11.2026 | klo 18-19 ja klo 19-20 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | La 21.11.2026 | klo 9–10 | Juniorit & aikuiset | Uimahalli | Uinti | Nimetään myöhemmin | |
| | Ma 23.11.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| Syyskokous | Ma 23.11.2026 | klo 19.30- | Kaikki jäsenet | Mumikekus | Kokous | Kokouksessa valitaan puheenjohtaja ja sihteeri | SEURAN SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN SYYSKOKOUS |
| | Ke 25.11.2026 | klo 18-19 ja klo 19-20 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| Ohjattu kisatreeni | La 28.11.2026 | klo 9–10 klo 10.30-12 | Juniorit & aikuiset & HsM& muut | Uimahalli | Uinti klo 9-10 Miekkailu klo 10.30-12 | Miekkailun tehotreenit Paula Soitiala | Miekkailussa avoin kisatreenit muiden seurojen kanssa |
| | Ma 30.11.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| **JOULUKUU** | | | | | | | |
| PERUTTU | ~~Ke 2.12.2026~~ | ~~klo 18-19 ja klo 19-20~~ | ~~Juniorit & aikuiset~~ | ~~Nummikeskus~~ | ~~Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu~~ | ~~Nimetään myöhemmin~~ | PERUTTU / SALI VARATTU KOULUN OMAAN KÄYTTÖÖN |
| Sijaisvuoro | To 3.12.2026 | klo 18-18.45 ja klo 18.45-19.30 | Juniorit & aikuiset | Vuorentaan koulu | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | La 5.12.2026 | klo 9–10 | Juniorit & aikuiset | Uimahalli | Uinti | Nimetään myöhemmin | |
| | Ma 7.12.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | Ke 9.12.2026 | klo 18-19 ja klo 19-20 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| Mestaruus-kisat | La 12.12.2026 | klo 9–10 klo 10.3-12 klo 12-13 klo 14-15 | KOKO SEURAN | Uimahalli ja TEHO Areena | Uinti, miekailu, ampumajuoksua ja esterata | Nimetään myöhemmin | 5-OTTELUN MESTARUUSKISA |
| | Ma 14.12.2026 | klo 18–19.30 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Miekkailu | Nimetään myöhemmin | |
| | Ke 16.12.2026 | klo 18-19 ja klo 19-20 | Juniorit & aikuiset | Nummikeskus | Ampumajuoksu/ vapaamiekkailu | Nimetään myöhemmin | |

**SYYSKAUSI PÄÄTTYY 16.12.2026**