

Friidrottsskolans sommarinfo 2026



- **Träningsstider** i maj–augusti: kolla din grups information på vis.fi eller Suomisport.
- Vi har ingen sommarpaus, utan har i stället ungefär månads paus i september–oktober innan inomhusträningen börjar.
- Vi använder **kalendern** i Suomisport (enklast i appen). Där finns alla våra träningar och en del tävlingar. Vi ber er kryssa för senast kl. 22 dagen innan om barnet deltar i träningarna eller inte. Då kan vi planera våra träningar bättre och vet hur många tränare vi behöver i varje grupp.
- Vi planerar att ordna några enkla **träningstävlingar** inom grupperna. Barnen får pröva på att tävla och samtidigt får föräldrarna bekanta sig med funktionärsuppgifter.

- **Årsavgiften** (för dem som deltar hela året) och **sommaravgiften** (för dem som deltar bara under sommaren) skickas via Suomisport. Ni hittar den under Betalningar/Maksut i Suomisport-appen eller webbversionen.
- VIS betalar allas **friidrottslicens**. Licensen behövs för tävlingar och innehåller en olycksfallsförsäkring (läs här om Sporttiturva-försäkringen, längst ner finns också info på svenska: <https://www.yleisurheilu.fi/seurat/yleisurheilulisenssit/>).

- För att kunna ordna tävlingar och andra evenemang för våra idrottare behöver vi er hjälp! Vi önskar att alla familjer ställer upp på två tävlingar under året. **Här kan du anmäla när du kan hjälpa till:** <https://forms.gle/TqirV42awvrSVG0S7>

- Alla våra grupper tar emot nya tränare och hjälptränare. Tala med någon av tränarna om du vill vara med! Alla tränare får delta i tränarutbildning på föreningens bekostnad.

- På **VIS-loppis** på Facebook kan du sälja eller efterlysa VIS-kläder och annan friidrottsutrustning.
- Alla barn i friidrottsskolan får en svart VIS-t-shirt. Andra **föreningskläder** kan du beställa på Almanda eller här: [Föreningskläder - vasais.fi](https://www.vasais.fi/foreningsklader)

Frågor om verksamheten? Kontakta Annika Rikberg-Grannas 040 7709 754

www.vis.fi

Du som har ett S-kort kan nu understöda VIS genom att registrera dig som **supporter**. Du får bonus som vanligt och samtidigt får föreningen bonus när du använder ditt kort. Det är lätt att registrera dig i S-mobil eller S-användarkonto. Välj Vasa Idrottssällskap r.f./friidrott.
https://kpokannustajat.fi/index_sve.html

Också föräldrar kan bli medlemmar i VIS!
[Medlemsanmälan | Jäsenilmoitus](#)

TÄVLINGAR 2026



ÖID:s distriktsmästerskap 9–13 år

Lördag 18.4 Landsvägslöpning, Solf

Måndag 25.5 Landsvägsgång, Vasa

Söndag 7.6 Knattemångkamp, Smedsby

Lördag–söndag 8–9.8 Knattfinalen (individuella grenar), Jakobstad

Lördag 22.8 Knattestafett, Närpes (busstransport; anmäl intresse till tränarna; vi strävar efter att alla som vill får springa minst en stafett)

Söndag 20.9 Terränglöpning, Karleby

Pohjola Seuracup 11–17 år

Onsdag 17.6 distriktstävling 1, Nedervetil (busstransport; alla får delta i en gren + stafett)

Onsdag 12.8 distriktstävling 2, Vasa (alla får delta i en gren + stafett)

Lördag 29.8 nationell C-final, Träskända (tränarna utser laget, en deltagare per gren)

Andra tävlingar och evenemang på Karlsplan

Måndag 15.6 Familjeväll med Ärevarvet (friidrottsförbundets kampanj där vi motionerar tillsammans en timme och samlar in medel till föreningens barn- och ungdomsverksamhet)

Söndag 2.8 Knattekarnevalen (tävling för 7–15-åringar)

- Du som vill tävla mera hittar alla friidrottstävlingar i Österbotten och hela Finland på www.kilpailukalenteri.fi. Man anmäler sig till tävlingarna via Kilpailukalenteri. Tränarna tipsar också grupperna om lämpliga tävlingar.
- VIS betalar **anmälningsavgiften** till ÖID:s distriktsmästerskap och Föreningscupen. VIS egna tävlingar är gratis för medlemmarna. Övriga tävlingar betalar alla själva.
- Om du vill läsa resultat hittar du alla friidrottsresultat på Tilastopaja.fi. Under de flesta tävlingarna finns live-resultat på live.tuloslista.com.

På alla friidrottstävlingar för barn under 13 år följs **Friidrottsregler för barn/Lasten yleisurheilusäännöt**. (finns här: <https://www.yleisurheilu.fi/saannot-ja-ohjeet-2/>)

Kom också ihåg VIS egen mångsidighetstävling!