

SAUL

SUOMEN AIKUISURHEILULIITTO RY
FINLAND MASTERS ATHLETICS



SUOMEN AIKUISURHEILULIITTO RY
TOIMINTAKERTOMUS 2022

Sisällysluettelo

TIIVISTELMÄ.....	3
TOIMINNAN TARKOITUS.....	4
SAUL:N ARVOT	4
TAVOITE (Visio)	4
TEHTÄVÄ (Missio)	4
SAUL:N TUNNUSLAUSE (Motto)	4
AIKUISLIIKUNTAVERKOSTO	5
KOULUTUSTOIMINTA.....	7
TERVEYSLIIKUNTA	9
KILPAILUTOIMINTA	10
TIEDOTUSTOIMINTA	13
HALLINTO	15
VASTUULLISUUS.....	16
PALKITSEMISET	18
TALOUS	18
TOIMISTO JA HENKILÖKUNTA.....	19
Liitteet: Ennätykset 2022.....	

Suomen Aikuisurheiluliitto ry TOIMINTAKERTOMUS 2022

TIIVISTELMÄ

Vuosi 2022 oli Suomen Aikuisurheiluliitto ry:n 51. toimintavuosi, kun otetaan huomioon liiton toiminta Suomen Veteraaniturheiluliitto ry:nä. Järjestöllä oli joulukuun loppuun mennessä 366 jäsenseuraa, joissa oli 10303 SAUL:n toimintaan osallistuvaa jäsentä.

Vuoden 2022 aikana tavoitteena oli palauttaa koulutus - ja valmennustoiminta sekä kilpailutarjonta sille tasolle, jota se oli ennen Covid-19 pandemiaa. Tavoitteessa onnistuttiin melko hyvin.

Vuoden suurkilpailu oli WMA:n MM-kilpailut Tampereella. Kilpailuun ilmoittautui 4561 urheilijaa 64 maasta.

Vuoden 2022 kilpailutoiminnan osallistujamäärä oli yhteensä 4008. Osallistujamäärä SM-kilpailuihin oli yhteensä 2 784, joka oli edellisen vuoden tasolla. Osallistujista 2381 yksilösuorituksia ja 403 joukkuetta. Sukupuolijakauma oli 902 naista ja 1 882 miestä.

Kansainväliseen toimintaan osallistui peräti 1189 kilpailijaa. Suuri kilpailijamäärä selittyi Tampereella järjestetyistä yleisurheilu MM-kilpailuista, joihin osallistui 1135 suomalaista. SAUL:n tehtävänä oli Suomen joukkueen organisointi ja koordinointi.

Tämän lisäksi kilpailtiin SAUL-maljasta ja naisten maljasta sekä käytiin SAUL henkilöapistekilpailu. SAUL-maljan voittaja oli Kunto-Pirkat ja naisten maljan ykkönen Jyväskylän Kenttäturheilijat. Uuden yleisurheilumaljan karkisijan vei Helsingin Kisa-Veikot. Henkilöapistekilpailun voitti Paavo Reilson Länsi-Uudenmaan Urheilijoista.

Kilpailutoiminnassa korostui myös liikunnan sosiaalinen ja matkailullinen puoli. Kansallisia kilpailuja järjestettiin aktiivisesti eri puolilla maata.

Liiton viestinnän kehittäminen oli edellisen vuoden tapaan painopisteenä. Vuosi olikin siltä osin varsin onnistunut. Viestinnän kehittämisestä vastasi SAUL mediatiimi. Mediatiimin kuuluivat Christer Sundqvist, Juha Kylänpää, Aarto Nevala sekä liiton henkilöstö. Lisäksi Jyri Lehtonen toteutti striimauksia SAUL:n kilpailuissa ja koulutuksissa.

Edellä mainittujen asioiden lisäksi liitto oli aktiivinen muiden toimijoiden verkostoissa. SAUL teki yhteistyötä mm. urheiluyhteisön, SUEK:n, Ihmisoikeusliiton, Opetus- ja Kulttuuriministeriön ja Ikäinstituutin kanssa sekä toimi kansainvälisissä Masters-verkostoissa.

Jäsenmaksujen, Ikiliikkujan tilausmaksujen, kilpailumaksujen sekä ministeriön yleisavustuksen lisäksi liiton talouteen vaikuttivat myönteisesti yhteistyökumppaneiden TAYS Sydänkeskus Oy:n, Sportmixer Oy:n sekä Scandicin yhteistyösopimukset.

Muutoksen tarpeet - uudistuminen välttämätöntä

Vuoden 2022 syyskokouksessa tehtiin päätös kilpailulisenssistä vuodelle 2023.

Liiton työryhmälle annettiin tehtäväksi selvittää lisenssijärjestelmän ja tulosrajojen käyttöönottoa. Työryhmän johtopäätös oli, että lisenssijärjestelmä kehittää kilpailutoimintaa, mutta tulosrajat eivät ole aikuisurheilun hengen mukaisia. Näin esitys lisenssijärjestelmästä vietiin syyskokouksen päätettäväksi.

Tilinpäätös osoitti ylijäämää 17.570,18 euroa

Vuoden 2022 onnistumisia:

- Kansainvälisen toiminnan palautuminen
- Suomen joukkueen organisointi ja koordinointi Tampereen MM-kilpailuissa
- Liiton viestinnän ja tiedotuksen kehittyminen
- Aikuisten yleisurheiluohjaajakoulutuksen lanseeraaminen

TOIMINNAN TARKOITUS

Liiton tarkoituksena on toimia aikuisurheilun valtakunnallisena keskusjärjestönä, joka edistää aikuisurheilun kilpa- ja kuntourheilua sekä muuta kuntoa ja toimintakykyä ylläpitävää toimintaa.

Liiton toiminnan perustana ovat liikunnan eettiset arvot, urheilun reilun pelin periaatteet ja tasa- arvon edistäminen. Toiminnan osa-alueina ovat toiminnan johtaminen, tiedottaminen, terveyden edistäminen, koulutus, valmennus ja urheilukilpailut sekä jäsenseurojen ja urheilijoiden palvelu käytännön asioissa.

SAUL:N ARVOT

”Positiivisesti kohti liikunnallisia tavoitteita”.

Liiton perusarvot ovat eettisyys, esimerkillisyys, kannustavuus, tasa-arvoisuus, tavoitteellisuus ja elämymyönteisyys. Liikuntaa koko elämänkaari -toiminta on periaatteena aktiivisen seuratyön tukemisessa.

TAVOITE (Visio)

SAUL on aktiivinen yli 30-vuotiaiden liikuttaja sekä eri lajien koordinaattori niin kotimaassa kuin kansainvälisesti.

TEHTÄVÄ (Missio)

SAUL edistää terveyttä ja toimintakykyä ylläpitävää laaja-alaista harrastus- koulutus- ja kilpailutoimintaa. Toiminta kattaa neljä liikkujan polkua: huippu-urheilijan, lajiliikkujan, kuntoliikkujan ja hyötyliikkujan.



SAUL:N TUNNUSLAUSE (Motto)

SAUL:n toiminnan tunnuslause ”liikuntaa koko elämänkaari” kuvaa liiton toiminnan kohdistamista erityisesti yli 30-vuotiaaseen väestöön. Sääntöjensä mukaan liiton tehtävänä on organisoida toimintaa, joka tukee eri-ikäisten toimijoiden hyvän toimintakyvyn säilyttämistä mm. julkaisemalla aikuisurheilua koskevaa materiaalia sekä järjestämällä omakohtaista suoriutumista ja valmentautumista koskevia koulutustilaisuuksia. Siten liiton toiminnan tavoitteet ja itse toiminta vastaavat pitkälti liikuntalain 2 §:ssä esitettyjä lain tavoitteita.

AIKUISLIIKUNTAVERKOSTO

Järjestötoiminta

Vuosi 2022 oli Suomen Aikuisurheiluliitto ry:n 51. toimintavuosi, kun otetaan huomioon liiton toiminta Suomen Veteraaniurheiluliitto ry:nä.

Suomen Aikuisurheiluliitolla (SAUL) oli vuoden 2022 lopussa jäsenseuroja yhteensä 366. Jäseniä seuroilla oli yhteensä 10 303. Uusia jäsenseuroja hyväksyttiin liiton jäseneksi 8 ja eroamisia myönnettiin 8. Henkilöjäsenmaksun maksoi 9 henkilöä.

Liittyneet seurat: 4speed Triathlon Team ry, Endurance Club Joroinen ry, Rajamäen Kehitys ry, Honkajoen Seudun Urheilijat ry, Helsinki Triathlon ry, Littoisten Kajo ry.

Eronneet seurat: Kestilän Kisa-Veikot, Lopen Voima ja Kunto, Valtimon Vasama, Ylistaron Alapään Nuorisoseuran Urheilijat ry, Lapinlahden Veto, Lohjan Urheilijat, Syvänniemen Nousu ry.

Muutoksen tarpeet - uudistuminen välttämätöntä

Vuoden 2022 syyskokouksessa tehtiin päätös kilpailulisenssistä vuodelle 2023.

Liiton työryhmälle annettiin tehtäväksi selvittää lisenssijärjestelmän ja tulosrajojen käyttöönottoa. Työryhmän johtopäätös oli, että lisenssijärjestelmä kehittää kilpailutoimintaa, mutta tulosrajat eivät ole aikuisurheilun hengen mukaisia. Näin esitys lisenssijärjestelmästä vietiin syyskokouksen päätettäväksi.

Urheiluyhteisö

SAUL oli osa laajempaa urheiluyhteisöä. SAUL:n sääntöjä muutettiin niin, että liiton säännöissä on kirjaukset sitoutumisesta urheilun reilun pelin periaatteisiin.

SAUL nimesi yhteyshenkilöt ja edustajat yhteistyöjärjestöihin ja muihin toimijoihin.

SAUL:n edustajat osallistuivat valtakunnallisen liikunta- ja urheilujärjestö Olympiakomitea ry:n tapahtumiin ja tilaisuuksiin.

SAUL teki yhteistyötä Opetus- ja Kulttuuriministeriön, Suomen Urheilun Eettisen Keskuksen (SUEK), Liikkujan polku -verkostojen toiminnassa, Ihmisoikeusliiton ja Ikäinstituutin – kampanjoissa sekä urheiluyhteisön muissa verkostoissa. SAUL oli myös aktiivinen kansainvälisissä Masters-verkostoissa.

Merkittävää yhteistyötä tehtiin Suomen Urheiluliiton kanssa. Suomen Urheiluliiton (SUL) kanssa järjestettiin yhteiset SM-kilpailutapahtumat: SM-talvikeihäs Vaasassa, SM-maastot Nakkilassa, SM-maantiejuoksu Raumalla, SM-maraton Turussa sekä maantiekävelyt Laitilassa. Lisäksi yhteistyössä järjestettiin WMA:n MM-kilpailut Tampereella. Kansallisten kilpailujen järjestäjiä aktivoitiin ottamaan kaikki ikäluokat mukaan kilpailuaikataulun niin salliessa. SAUL:n edustaja SUL:n liittovaltuustossa oli Reijo Häyrinen.

Suomen Hiihtoliiton ja Suomen Luisteluliiton kanssa ylläpidettiin yhteistyötä kyseisten lajien SM-kilpailutoiminnan osalta.

Valtionapua saatiin Opetus- ja kulttuuriministeriöltä varsinaiseen toimintaan 75 000 euroa. Opetus- ja kulttuuriministeriön liikuntaosaston kanssa pidettiin yllä myönteistä yhteistyötä ja painotettiin liiton kansalaisten terveysliikuntaan kohdistuvan työn tärkeyttä.

Yhteistyökumppanit

SAUL jatkoi hyvää yhteistyötä Sydänsairaalan, Sportmixer Oy:n, Palkintokeskus Oy:n, Lehtisepät Oy:n sekä silmäketju Symsam Group Oy:n kanssa. Lisäksi yhteistyötä tehtiin Trexet Oy:n kanssa, joka toimitti Suomen edustusasut. Majoituskumppani oli hotelliketju Scandic Oy. Yleisurheilutilastojen ylläpidosta

vastasi Suomen Yleisurheiluarkisto. SAUL:n maljapisteet sekä henkilö pisteet laski Jorma Ojen.

SAUL media vastasi tiedottamisesta. SAUL median edustajat Christer Sundqvist, Aarto Nevala, Juha Kylänpää ja Jyri Lehtonen vastasivat Suomen joukkueen mediatiedottamisesta Tampereen MM-kilpailuissa. Lisäksi Christer Sundqvist toteutti aikuisyleisurheilijan ohjaajakoulutuksen ja SM-yleisurheilun mediatiedottamisen. Ikiliikkujalehden taitosta vastasi Aarto Nevala, SAUL:n ennätyskirjurina jatkoi Juha Kylänpää.

SAUL jatkoi kumppanuustoimintaa Ihmisoikeusliiton Älä riko urheilua sekä Ikäinstituutin Voimaa vanhuuteen -kampanjoiden osalta. Yhteistyön avulla SAUL sai asiantuntijatietoa ja tiedotusmateriaalia ikääntyvien liikunnasta sekä turvallisesta toimintaympäristöstä ja ihmisoikeuksista.

Lisäksi tehtiin yhteistyötä Olympiakomitean Unelmien Liikuntapäivän ja seurapaitapäivän osalta sekä SUEKin kansainvälisenä kilpailumanipulaation torjuntapäivänä.

Kansainväliset verkostot

Vuoden 2022 aikana Suomella ja sitä kautta SAUL:n edustajilla oli Pohjoismaisen Masters neuvoston puheenjohtajuus. Masters neuvostolla oli kolme kokousta, jonka lisäksi asioita käsiteltiin sähköpostin välityksellä. Neuvoston puheenjohtajana toimi Reijo Häyrinen ja sihteerinä Oki Vuonoranta.

Vuoden aikana järjestettiin Euroopan Mastersurheiluliiton European Masters Athletics (EMA) EM-hallit Bragassa, Portugalissa. Kilpailun yhteydessä järjestettiin yleiskokous, jossa Suomea edusti Oki Vuonoranta, Reijo Häyrinen ja Raimo Koskela.

Maailman Mastersurheiluliiton World Masters Athletics (WMA) MM-kilpailut Tampereella. Kilpailun yhteydessä järjestettiin yleiskokous, jossa Suomea edusti Oki Vuonoranta, Reijo Häyrinen, Raimo Koskela, Mika Muukka ja Karita Soukko.

Tampereen 2022 MM-kilpailuja varten perustettiin järjestelytoimikunta. Järjestelytoimikunnan puheenjohtajana toimi SAUL:n puheenjohtaja Reijo Häyrinen. Verkostossa jäseninä olivat Tampereen Kaupunki, Visit Tampere, Tampereen Pyrintö, Kunto-Pirkat, SAUL ja SUL. Järjestelytoimikunnan tehtävät jaettiin niin, että SAUL:n tehtäviksi päätettiin kansainvälinen joukkueenjohtajaverkoston johtaminen, Suomen joukkueen organisointi ja koordinointi sekä tiedotus. SAUL:n edustajat järjestelytoimikunnassa olivat Reijon lisäksi Raimo Koskela, Oki Vuonoranta ja Karita Soukko.

International Masters Games Association (IMGA) World Masters Games Kansaisissa, Japanissa peruttiin. Myös Pohjoismaiden ja Baltian mestaruuskilpailuista pidettiin pandemian takia vielä väli vuosi.

Verkostojäsenyydet

SAUL oli jäsen (J) tai yhteisöjäsen (YJ) seuraavissa liitoissa ja yhteisöissä: Olympiakomitea ry (J), Suomen Urheiluliitto ry (YJ), Suomen Yleisurheiluarkisto (J), PALTA/Urheilutyönantajat (J), Urheilutyönantajat ry (J), World Masters Athletics (J), European Masters Athletics (J), Pohjoismaiden Masters Neuvosto (J).

SAUL:n nimeämä yhteyshenkilö verkostoissa oli toiminnanjohtaja Oki Vuonoranta.

KOULUTUSTOIMINTA

Liiton koulutustoiminnan tavoitteena oli saattaa aikuisia liikunnan piiriin sekä innostaa ja aktivoida heitä osallistumaan valmennus- ja kilpailutoimintaan. Tämän lisäksi tavoitteena oli järjestää ja kehittää aikuisliikuntatoimintaa yhteistyössä jäsenseurojen ja palvelukumppaneiden kanssa.

Aikuisten yleisurheiluohjaajakoulutus

SAUL kehitti vuoden 2022 aikana jäsenseuroilleen maksuttoman ohjaajakurssin, jonka voi tehdä omaan tahtiinsa webinaaritallenteen avulla. Kurssi on tarkoitettu aloitteleville ohjaajille, esimerkiksi vertaisohjaajille, mutta soveltuu myös kokeneemmille ohjaajille ja valmentajille. Koulutukseen osallistui 29 ohjaajaa vuonna 2022.

Valmennustoiminta



Lajiryhmävalmennukselle vuosi 2022 oli toiminnan palautumisen aikaa hyvin haasteellisten pandemiavuosien jälkeen. Lajiryhmävalmennusta järjestettiin pienimuotoisesti urheilupuistoilla harjoitusleireinä sekä alueellisina valmennuspäivinä kaupunkikeskuksissa.

Kestävyysliikunnasta vastasi Annukan ja Mikan juoksukoulu Oy sekä heittolajien osalta Suomen Valmennusapu/ Serp Oy. Tämän lisäksi yhteistyötä tehtiin Christer Sundqvistin (kävely), Alpo Pirttisen (pikajuoksu), Raimo Koskelan (pikajuoksu), Tiina Lampénin (pika- ja aitajuoksu), Viivi Avikaisen (pika- ja aitajuoksu), Matti Monosen (hypyt), Auli Marttisen (hypyt), Elisa Valtasen (psykkinen valmennus) ja Olli Leinon (hypyt ja testaus) kanssa.

Sopimuksen mukaan osapuolet toteuttivat tavoitteellisen valmennustapahtuman omissa lajiryhmissään. Tavoitteena oli myös lisätä lajeista kiinnostuneiden henkilöiden määrää ja saattaa heidät aktiivisiksi harrastajiksi, joista aktiivisen kilpailutoiminnan kautta syntyy uusia menestyjiä kansainvälisiin kilpailuihin.

Järjestetyt koulutus- ja valmennustapahtumat

- 12.3. Valmennuspäivä (kävely, pikajuoksu, seiväshyppy), Helsinki. 15 osallistujaa.
 - 26.3. Valmennuspäivä (pikajuoksu), Oulu. 11 osallistujaa.
 - 23.4. Valmennuspäivä (pikajuoksu), Jyväskylä. 24 osallistujaa.
 - 24.4. Valmennuspäivä (pituushyppy), Tampere. 14 osallistujaa.
 - 11.6. Valmennuspäivä (kilpakävely), Espoo. 12 osallistujaa.
 - 17.9. Valmennuspäivä (kilpakävely), Vantaa. 6 osallistujaa.
 - 29.10. Valmennuspäivä (pikajuoksu ja seiväshyppy), Helsinki. 12 osallistujaa.
 - 6.11. Valmennuspäivä (pituushyppy), Tampere. 16 osallistujaa.
 - (11.–13.11. Pikajuoksun ja hyppylajien leiri, Tanhuvaara) 9 osallistujaa
 - 18.–20.11. Valmennusleiri (kävely, pikajuoksu, pituushyppy, korkeushyppy), Pajulahti. 23 osallistujaa.
 - (9.–11.12. Pikajuoksun ja heittolajien leiri, Kuortane.) 12 osallistujaa
 - (27.–29.12. Pikajuoksun ja hyppylajien leiri, Tanhuvaara) 8 osallistujaa
- Yhteensä 162 osallistujaa.

Valmennustoiminnan osalta koulutusvaliokunta tuotti myös valmentautumiseen ja harjoitteluun liittyviä artikkeleita Ikiliikkuja-lehteen sekä täydensi liikekuvastoja liiton kotisivuille.

Jäsenseurojen valmennustoiminta

Suomen Aikuisurheiluliiton jäsenseurat järjestivät yhdessä liiton kanssa suunniteltuja aikuisten yleisurheilukouluja, juoksu- ja maratonkouluja sekä muuta kuntoliikuntaharjoittelua ja tapahtumia. Aikuisten urheilukoulujen tavoitteena on ollut tarjota matalan kynnyksen liikuntaa kaikille urheilusta kiinnostuneille aikuisille.

Lajitutustumisen jälkeen on ollut mahdollista jatkaa harrastusta seuran muissa ryhmissä ja päästä myös kilpailemaan halutessaan. Lisäksi seuraan tulevista uusista harrastajista voidaan saada apua toimitsijatehtäviin ja moniin muihin seuran vapaaehtoisiin.

Aikuisten yleisurheilukoulun järjestäjät

Esbo IF, Haukiputaan Veikot, Helsingin Kisa-Veikot, HIFK-suomeksi ja ruotsin kielellä, Hämeenlinnan Tarmo, Janakkalan Jana, Jyväskylän Kenttäurheilijat, Keski-Uudenmaan Yleisurheilu, Kunto-Pirkat, KU-58 Vantaa, Lahden Ahkera, LahtiSport, Liedon Parma, Nakkilan Vire, Tampereen Pyrintö, Turun Urheiluliitto, Porin Tarmo, Raahen Vesa, Vantaan Salamat, Viipurin Urheilijat.



HKV:n syksyn 2022 yleisurheilukoululaiset tutustumassa kilpakävelyn tekniikkaan.

Juoksu- ja maratonkoulut sekä muu kuntourheilu

Esbo IF, Finnish Marathon Runners, Helsingin Jyry, Helsingin Juoksijat ry, Hippoksen Maratonkerho, Jyväskylän Kenttä-Urheilijat, Keravan Urheilijat, Kuivasjärven Aura, Oulu, KU-58, Vantaa, LahtiSport, Rauhalahdi Roadrunners, Tampereen Maratonklubi.

Ikiliikkujan valmennusartikkelit

Valmennus		
* numero 1.	Ottelumainen harjoittelu	Olli Leino
* numero 2.	Maastaveto eli mave Aitajuoksua hollantilaisten tapaan	Olli Leino Oki Vuonoranta
* numero 3.	ei valmennusartikkeliä	
* numero 4.	Uusi vire päälle!	Christer Sundqvist
* numero 5.	Treeniresurssien optimointi Aitoja oheisharjoitteluun	Olli Leino Saga Andersson
* numero 6.	Kestävyysseminaarin antia Yksilövalmennus -Björn Andersson	Christer Sundqvist Saga Andersson

TERVEYSLIIKUNTA

Terveys- ja kuntoliikuntatoiminnasta vastasi kuntoliikuntatyöryhmä. Työryhmän tehtävänä oli kehittää liiton kunto- ja terveysasioita.

Liikunnan terveyttä edistävät näkökulmat olivat vahvasti esillä SAUL:n toiminnassa mm. Ikiliikkujalehdessä. Vuoden 2022 pääteema oli terveysartikkelien tuottaminen liiton medioihin. Ikiliikkujalehdessä julkaistiin jatkumona juttusarja UKK-instituutin liikkumisen suosituksiin pohjautuen.

Ikiliikkujan ravinto & terveysartikkelit

*numero 1.	Terveysliikuntapätkinä	Karita Soukko
	Urheilunäkeminen	Synsam
	Antioksidantit ja aikuisurheilu	Christer Sundqvist
	Oivaltavaa aikuisurheilijan elämää	Christer Sundqvist
*numero 2.	Lihassoima ja -kestävyys tuovat toimintakykyä arkeen	Karita Soukko
*numero 3.	Kohti liikuntapyramidin huippua – reipasta ja rasittavaa liikuntaa	Anja Rovio
	Iloa ja rentoutta urheiluun	Christer Sundqvist
	Palautuminen	Sydänsairaala
*numero 4.	Liikuskelusta keho ja mieli nauttavat	Riitta Koski
*numero 5.	Riittävästi palauttavaa unta ja taukoja	Christer Sundqvist
*numero 6.	Edullista terveyttä ruoasta	Christer Sundqvist
	Ikääntyvän urheilijan sydänterveys	Sydänsairaala
	TaFMAC - Masters-ikäisten yleisurheilijoiden terveyteen ja fyysiseen kuntoon keskittyvä joukkotutkimus	Anja Rovio

KILPAILUTOIMINTA



Vuoden 2022 suurkilpailu oli WMA:n MM-kilpailut Tampereella. Kilpailuun ilmoittautui 4561 urheilijaa 64 maasta. Vuoden 2022 kilpailutoiminnan osallistujamäärä oli yhteensä 4008. Osallistujamäärä SM-kilpailuihin oli yhteensä 2 784, joka oli edellisen vuoden tasolla. Osallistujista 2381 yksilösuorituksia ja 403 joukkuetta. Sukupuolijakauma oli 902 naista ja 1 882 miestä.

Kansainväliseen toimintaan osallistui peräti 1189 kilpailijaa. Suuri kilpailijamäärä selittyy Tampereella järjestetyistä yleisurheilu MM-kilpailuista, joihin osallistui 1135 suomalaista. SAUL tehtävänä oli Suomen joukkueen organisointi ja koordinointi.

Vuoden 2022 SM-kilpailut

TILASTO SUOMEN AIKUISURHEILULIITON SM-KILPAILUIHIN 2022 OSALLISTUNEISTA					
SM-kilpailu	Kilpailupaikka	Aika	Kilpailijat	Naiset	Miehet
SM-hiihdot (v) lyhyet matkat	Tampere	15.1.2022	106	27	79
SM-hiihto viestit (v)	Tampere	16.1.2022	J 21	J 6	J 15
SM-hiihdot (p) pitkät matkat	Tampere	19.1.2022	138	53	85
SM-parisprintti joukkueet	Tampere	20.1.2022	J28	J10	J18
SM-pikaluistelu	Oulu	5.3.2022	35	1	34
SM-hallikeihäs	Vaasa/Mustasaari	6.3.2022	52	15	37
SM-vauhdittomat hyppy	Jyväskylä	27.3.2022	141	56	85
SM-puolimaraton	Rauma	17.4.2022	181	65	116
SM-puolimaraton, joukkueet	Rauma	17.4.2022	J 15	J 5	J 10
SM-maastojuoksut	Nakkila	7.5.2022	231	31	200
SM-maastojuoksu, joukkueet	Nakkila	7.5.2022	J29	J 5	J 24
SM-maantiekävely	Laitila	21.5.2022	23	13	10
SM-viestit	Helsinki	28.5.2022	J 251	J 106	J 145
SM-polkujuoksu	Virrat	6.8.2022	84	31	53
SM-polkujuoksu, joukkueet	Virrat	6.8.2022	J 11	J 3	J 8
SM-yleisurheilu	Pedesöre	11.-14.8.2022	749	200	549
SM-moniottelut	Jyväskylä	7. - 8.8.2021	49	24	25
SM-heittoviisiottelu	Nastola	14.8.2021	135	60	75
SM-maraton	Turku	20.8.2022	148	51	97
SM-maraton, joukkueet	Turku	20.8.2022	J 21	J 8	J 13
SM-heittoviisiottelu	Nastola	27.8.2022	117	51	66
SM-10 km maantiejuoksu	Helsinki	23.10.2022	192	69	123
SM-maantiejuoksu, joukkueet	Helsinki	23.10.2022	J 27	J 12	J 15
SM-rullaluistelu ja -hiihto	ei järjestäjää	PERUUTETTU	0	0	0
SM-hallimoniottelu	Covid-19 pakkosulku	PERUUTETTU	0	0	0
SM-hallit	Covid-19 pakkosulku	PERUUTETTU	0	0	0
SM-hallit, viesti	Covid-19 pakkosulku	PERUUTETTU	J 00	J 00	J 00
SM-moniottelut	ei järjestäjää	PERUUTETTU	0	0	0
	Yksilöurheilijat	Yhteensä	2381	747	1634
	Joukkueet	Yhteensä	J 403	J 155	J 248

SAUL-malja

Sija	Seura	Yhteensä	Miehet	Naiset	Henkilö	Joukkue
1	Kunto-Pirkat	946	559	387	794	152
2	Helsingin Kisa-Veikot	635.5	347.5	288	524.5	111
3	Jyväskylän Kenttärheilijät	630	176	453	557	72
4	Varsinais-Suomen Veteraanurheilijät	414	197	217	345	69
5	LahtiSport	335	139	196	291	44
6	Länsi-Uudenmaan Urheilijät	211	127	84	189	22
7	Kenttärheilijät-58	181	92	89	138	43
8	Vihdin Urheiluveteraanit	167	160	4	164	0
9	Spove	165	128	35	124	39
10	Tampereen Pyrintö	113	65	48	112	1
11	Lahden Ahkera	102	74	27	71	30
12	Janakkalan Jana	82	46	36	75	7
13	Turun Urheiluliitto	80	75	5	58	22
14	Pudasjärven Urheilijät	79	11	68	71	8
15	Virtain Urheilijät	76	49	27	71	5

Naisten malja

Sija	Seura	Naiset
1	Jyväskylän Kenttärheilijät	453
2	Kunto-Pirkat	387
3	Helsingin Kisa-Veikot	288
4	Varsinais-Suomen Veteraanurheilijät	217
5	LahtiSport	196
6	Kenttärheilijät-58	89
7	Länsi-Uudenmaan Urheilijät	84
8	Pudasjärven Urheilijät	68
9	Tampereen Pyrintö	48
10	Janakkalan Jana	36

HENKILÖPISTEET-SAUL 2022

Sija	Osallistuja	Sarja	Seura	Yhteensä
1	Reilson Paavo	M55	Länsi-Uudenmaan Urheilijät	67.25
2	Metsänkylä Marja	N70	Varsinais-Suomen Veteraanurheilijät	50.50
3	Viitanen Kirsti	N80	Varsinais-Suomen Veteraanurheilijät	48
4	Piispa Simo	M45	Vehkalahden Veikot	43
5	Tenhu Leena	N65	Jyväskylän Kenttärheilijät	41.25
6	Mäkitörmä Liisa	N65	Varpaisjärven Vire	41
7	Aartola Ari	M70	Helsingin Kisa-Veikot	40.75
8	Mäki Tuire	N45	Jyväskylän Kenttärheilijät	40.25
9	Leppimäki Jari	M60	Kunto-Pirkat	39.67
10	Vanhanen Henna	N40	Pudasjärven Urheilijät	36.67
11	Eskelinen Ella	N40	LahtiSport	36
12	Salo Sinikka	N75	Kunto-Pirkat	35.83
13	Kokko Mirja	N60	LahtiSport	35
14	Saarela Jaana	N55	Kunto-Pirkat	34.33
14	Ojen Jorma	M70	Kunto-Pirkat	34.33
16	Palomäki Eeva	N65	Kunto-Pirkat	34.17
17	Nousiainen Toini	N70	Kunto-Pirkat	32.33
18	Hannuksela Virpi	N50	Kunto-Pirkat	31
19	Rautasalo Markku	M65	Kangasniemen Kalske	30
19	Henttonen Minna	N45	Mäntsälän Urheilijät	30
21	Siekinen Kirsti	N55	Jyväskylän Kenttärheilijät	29.83
22	Nurminen Tuomo	M45	LahtiSport	29
23	Lehtinen Taisto	M70	Spove	28.83
24	Liski Tanja	N40	Länsi-Uudenmaan Urheilijät	28.33
25	Sundell Harri	M65	Vihdin Urheiluveteraanit	28
25	Halonen Niina	N50	Mäntylahden Veto	28
27	Kokkonen Terhi	N75	Jyväskylän Kenttärheilijät	27.50
28	Savola Markku	M65	Sulkavan Urheilijät	27
28	Pihlaja Helinä	N75	Etelä-Pohjanmaan Urheiluveteraanit	27
30	Karkkulainen Laura	N30	Pyhäselän Urheilijät	26

YLEISURHEILUMALJA 2022

Sija	Seura	Yhteensä
1	Helsingin Kisa-Veikot	430
2	Jyväskylän Kenttärheilijät	337
3	Kunto-Pirkat	323
4	Varsinais-Suomen Veteraanurheilijät	262
5	LahtiSport	154
6	Länsi-Uudenmaan Urheilijät	101
7	IK Falken	64
8	Kenttärheilijät-58	63
9	Lahden Ahkera	61
10	Spove	59
11	Tampereen Pyrintö	57
11	Mikkelin Kilpa-Veikot	57
13	Oulun Pyrintö	52
14	Nurmijärven Yleisurheilu	47
15	Häijt	44
15	IF Drott	44
17	Esbo IF	43
18	Vihdin Urheiluveteraanit	42
19	Janakkalan Jana	40
20	Kuopion Reipas	36
20	Keuruun Kisailijat	36
20	IF Nykarlebynejden	36

Vuositilastot

Liiton vuositilastot ovat nettipohjaisesti julkaistuna Tilastopaja Oy:n sivuille. Vuositilastojen toimittamisesta vastasi Suomen Yleisurheiluarkisto ry tehdyn yhteistyösopimuksen pohjalta. Tilastopajan vuositilastoihin rekisteröitiin yli 10 000 aikuisurheilijoiden 30+ kilpailutulosta. Tilastot löytyvät osoitteesta www.tilastopaja.fi.

Uudet ennätykset

Vuosi 2022 oli todellinen ennätysten vuosi. Suomalaiset aikuisurheilijat tekivät 7. maailmanennätystä, 11 Euroopan ennätystä ja 73 Pohjoismaiden ennätystä. Kansallisia Suomen ennätyksiä syntyi kaikkiaan 208. Ennätyksiä syntyi suuri määrä Tampereen MM-kilpailuissa, peräti 61 ennätystä reilussa viikossa.

Maailmanennätyksen tekivät Esa Kiuru (keihäs), Mirja Kokko (painonheitto- ja moukari) ja Kirsti Viitanen (painonheitto). Euroopan ennätyksen tekivät edellisten lisäksi 80-vuotiaissa Varpu Holmberg 80 metrin aidoissa ja seitsenottelussa sekä Marja Metsänkylä 200 metrin aidoissa N70-sarjassa. Tarkempi listaus ennätyksistä toimintakertomuksen liitteenä (ennätykset 2022)

Ennätyskirjurina toimi Juha Kylänpää.



Mirja Kokko



Esa Kiuru

Kansainväliset kilpailut

Kansainvälinen kilpailutoiminta käynnistyi vihdoinkin kahden pitkän taukovuoden jälkeen. Alkuvuodesta peruttiin vielä osa kilpailuista. Kuitenkin maaliskuussa odottavan aika koitti, kun Euroopan Mastersurheiluliitto European Masters Athletics (EMA) EM-hallit järjestettiin Bragassa, Portugalissa. Suomalaisia urheilijoita osallistui kilpailuun 54.

Heinäkuussa Tampereella, Suomessa järjestettiin Maailman Mastersurheiluliitto World Masters Athletics (WMA) MM-kilpailut. Suomalaisia urheilijoita kilpailuun osallistui peräti 1135, joista naisia 440 ja miehiä 695.

International Masters Games Association (IMGA) World Masters Games Festivaali Kansaisissa, Japanissa siirtyi edelleen myöhemmin järjestettäväksi.

Ruotsi-ottelun yhteydessä järjestettiin Masters medley eli 1000 m ruotsalaisviesti, jossa juoksijoiden osuudet olivat 100 m, 200 m, 300 m, 400 m. Sarjat olivat M50, M60, N40 ja N50. Juoksijoita yhteensä 16.



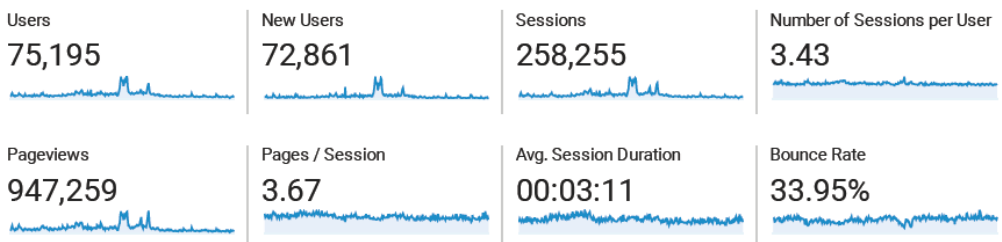
TIEDOTUSTOIMINTA

Liiton viestintä ja tiedotus kehittyi edelleen vuoden 2022 aikana. Vuoden 2020 aikana perustettu SAUL media on kehittynyt vuosittain. Vuosi 2022 oli onnistunein monilla eri mittareilla mm. näkyvyydellä, julkaisujen määrällä ja laadulla mitattuna. SAUL mediatiimi, johon kuuluivat liiton toimihenkilöiden lisäksi Christer Sundqvist, Juha Kylänpää ja Aarto Nevala. Lisäksi kilpailujen ja koulutustapahtumien striimauksesta vastasi Jyri Lehtonen

Liiton viestintää harjoitettiin julkaisemalla Ikiliikkuja-jäsenlehteä, ylläpitämällä liiton verkkosivua ja Facebook-sivua. Tämän lisäksi julkaistiin viikoittainen tulokatsaus sekä tiedotettiin uusista ennätyksistä lähes reaaliaikaisesti.

Päivittäinen vierailu liiton medioissa oli aktiivista eritoten SM-kilpailujen aikana. Eniten sivuilta haettiin tietoa ajankohtaisista asioista ja kilpailujen tuloksista. Facebook-sivulla suosituimmiksi nousivat ennätysilmoitukset ja tulokatsaukset.

Liiton kotisivujen kävijämäärä oli 75 195 vuoden 2022 aikana. Tämä oli selvästi suurempi kuin vuoden 2021 luku 48 861. Yhteenlaskettu sivulatausmäärä oli 947 259.



Myös sosiaalisen median aktiivisuus lisääntyi. Liiton Facebook-sivun seuraajamäärä kasvoi 2300 seuraajaan, mikä on pientä kasvua edellisen vuoden lukumäärään 2017 seuraajaan nähden.

Liitto teki tiedotuksellista yhteistyötä Ihmisoikeusliiton Älä riko urheilua -kampanjassa ja Ikäinstituutin Vie vanhus ulos -kampanjassa. Kansainvälisenä kilpailumanipulaation torjuntapäivänä tehtiin nosto Facebook-sivustolle.

Vuoden tiedottajana palkittiin SAUL media.



Ikiliikkuja-lehti

Vuosi 2022 oli 20. vuosi, jolloin liitto julkaisi tiedotuslehteään Ikiliikkujaa. Lehti ilmestyi 6 kertaa ja sen levikki oli 1350. Lehden toimittamisesta vastasi Ikiliikkuujan toimituskunta. Vakituiset avustajat toimittivat artikkeleita ja kuvia. Ikiliikkuujan painopaikka oli Lehtisepät Lahdessa.

Pääkirjoitukset		
* numero	1	Oki Vuonoranta
* numero	2	Anja Rovio
* numero	3	Marjo Sjögren
* numero	4	Riitta Koski
* numero	5	Harri Kivikko
* numero	6	Reijo Häyrinen

Henkilökuvassa		
* numero	1	Satu Lehtonen
* numero	2	Jarkko Järvenpää
* numero	3	MM-urheilija esittelyjä
* numero	4	Matthias Sunneborn
* numero	5	Johanna Haikonen
* numero	6	Alex Rotas

IKILIIKKUJA
AIKUISURHEILULIITON TIEDOTUSLEHTI 2 - 2022

SAUL
SUOMEN AIKUISURHEILULIITTO
50 VUOTTA
1973-2023

European Masters Athletics Championships Indoor Braga 2022

HENKILÖKUVASSA JARKKO JÄRVENPÄÄ

KOHTI MM-TAMPERETTA

EM-HALLIT 2022 MATKAKER-
TOMUKSIA

JUTTUSARJA MM-2022

VALMENNUS MAVE

HALLINTO

SAUL kevätkokous 23.4.2022 Helsingissä

SAUL:n kevätkokous pidettiin 23.4.2022 Sporttitalossa, Helsingissä. Kokouksessa oli edustettuna 10 jäsenseuraa. Puheenjohtajana toimi Markus Kalliomäki ja pöytäkirjanpitäjänä Karita Soukko. Kokouksessa päätettiin tilinpäätöksen vahvistamisesta. Kokouksessa vahvistettiin hallituksen esittämä toimintakertomus, tilinpäätös ja tilintarkastuskertomus. Kokouksessa valittiin myös neljä jäsentä ehdollepanotoimikuntaan. Puheenjohtajaksi valittiin Harri Kivikko (Helsingin Kisa-Veikot) ja jäseniksi Ermo Kalevo (Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat), Satu Koivu (Lappeenrannan Urheilumiehet), Marja Metsänkylä (Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat), Pekka Sivula (Etelä-Pohjanmaan Urheiluveteraanit).

SAUL syyskokous 12.11.2022 Lahdessa

SAUL syyskokous järjestettiin 12.11.2022 Lahdessa ravintola Voitossa. Kokouksessa oli edustettuna 18 jäsenseuraa. Puheenjohtajana toimi Tapio Ojala ja sihteerinä Karita Soukko. Vuosikokouksessa vahvistettiin vuoden 2023 toimintasuunnitelma ja talousarvio sekä hallituksen kokoonpano. Hallitukseen valittiin Raimo Koskela (Turku), Harri Kivikko (Vihti), Riitta Koski (Vaasa), Marjo Sjögren (Oulu), Anja Rovio (Tampere) ja Jarkko Karstila (Orimattila). Tilintarkastajiksi valittiin Nexia Oy tilintarkastusyhteisö. päävastuullisena HT Palmola ja toisena HT Viivi Ahomäki. Varalle Tilintarkastusyhteisö Nexia Oy:n Katja Hanski. Lisäksi kokouksessa päätettiin kilpailulisenssistä vuodelle 2023.

Hallitus

Hallituksen puheenjohtajana toimi Reijo Häyrinen Heinolasta, varapuheenjohtajana Marjo Sjögren Haukiputaalta ja sihteerinä Oki Vuonoranta. Hallituksen jäsenet olivat vuonna 2022 Petri Maskonen Joensuusta, Anja Rovio Tampereelta, Raimo Koskela Turusta, Riitta Koski Vaasasta ja Harri Kivikko Vihdistä. Hallituksella oli kuusi kokousta ja strategiaseminaari.

Työvaliokunta

Työvaliokuntaan kuuluivat puheenjohtajana Reijo Häyrinen, Marjo Sjögren ja Oki Vuonoranta. Työvaliokunta valmisteli liiton strategiset asiat, hallituksen kokoukset sekä työnantajan velvoitteisiin liittyvät tehtävät.

Talousvaliokunta

Talousvaliokuntaan kuuluivat puheenjohtajana Harri Kivikko, Jukka Kauppila, Marja Metsänkylä, Riitta Koski ja Oki Vuonoranta sihteerinä. Talousvaliokunta valmisteli ja teki talouden seurantaa.

Kilpailuvaliokunta

Kilpailuvaliokunta vastasi liiton kilpailutoiminnasta. Valiokunnan tehtäviin, kuuluivat mm. kilpailujärjestelmän ylläpito ja kehittäminen, sääntöjen, ennätysten ja pistelaskurien päivitys, kilpailujen järjestämisoikeuksien myöntäminen, urheilijoiden edustus- ja kilpailukelpoisuuden valvonta. Valiokuntaan kuuluivat puheenjohtajana Raimo Koskela ja jäseninä, Lasse Kyrö, Tapio Ojala, Annika Savolainen, Kari Pohjola, Pertti Nousiainen ja Oki Vuonoranta sihteerinä.

Koulutusvaliokunta

Koulutusvaliokunnan toiminnan tarkoituksena oli järjestää ja kehittää liiton koulutustoimintaa. Valiokunnan tehtäviin kuuluivat liiton koulutustoiminnan suunnittelu ja organisointi. Tarkoitustaan valiokunta toteutti toimimalla liiton hallitukselle ja toiminnanjohtajalle ohjausryhmänä (valiokunnan jäsenten asiantuntevuuden mukaan) koulutus- ja valmennustoiminnan toimeenpanemisessa ja kehittämisessä. Koulutusvaliokunta organisoivat valmennusleirejä ja koulutustilaisuuksia ja tuotti aineistoa Ikiliikkuja-lehteen. Koulutusvaliokunta toteutti myös valmennuspäivien ja leirien osalta ennakko- ja palautekyselyt. Tämän lisäksi koulutusvaliokunta jakoi tietoa urheilun eettisistä/antidopingasioista

Valiokuntaan kuuluivat Christer Sundqvist, Tiina Lampén, Olli Leino, Alpo Pirttinen, Kari Hurmerinta, Karita Soukko ja Oki Vuonoranta sihteerinä.

Kuntoliikuntatyöryhmä

Kuntoliikuntatyöryhmän vastuulla oli liiton kunto- ja terveystyöryhmä-asiat. Työryhmän jäsenet olivat Anja Rovio, Riitta Koski, Christer Sundqvist, Oki Vuonoranta ja Karita Soukko sihteerinä.

Ikiliikkuja -lehden toimituskunta

Ikiliikkuja-lehden toimituskunta vastasi lehden toimittamisesta. Ikiliikkuja-lehti ilmestyi kuusi kertaa. Toimituskuntaan kuuluivat Christer Sundqvist, puheenjohtaja, Sanna Hillberg, Aarto Nevala, Juha Kylänpää, Mikko Nieminen, Karita Soukko, Tauno Lauri ja Oki Vuonoranta sihteerinä. Toimituskunta kokoontui kuusi kertaa.

VASTUULLISUUS

SAUL on sitoutunut urheiluyhteisön vastuullisuusohjelmaan 2020–2024 sekä keskitettyyn kurinpitoon.

1) Hyvä hallinto

Liiton toimintaa ohjaa yhdistyslaki ja liikuntalaki. Liiton tarkoitus ja toimintamuodot on määritetty säännöissä. Liiton säännöt ohjaavat päivittäistä toimintaa. Sääntömääräiset kokoukset vastaavat liiton toimintalinjoista ja päätöksenteosta. Jäsenistö käyttää päätösvaltaa liittokokouksessa. Hallitus edusti yhdistystä sekä oli yhdistyksen asioita hoitava ja toimeenpaneva elin.

Toiminnanjohtajan tehtävänä oli päätösten toimeenpano, toiminnan kehittäminen, taloudenpito ja viestinnän johtaminen. Järjestösihteerin vastuulla oli jäsenseurojen palvelu. Hallituksen ja toiminnanjohtajan välillä on tiivis yhteistyö.

Ehdollepanotoimikunnan tehtävänä oli etsiä jäsenseuroista sopivia henkilöitä ehdolle liiton hallitukseen.

- Liiton hallituksessa ja valiokunnissa huomioitiin maantieteellinen sekä sukupuolinen tasa-arvo. Tehtävää varten oli määritetty ehdollepanotoimikunta.
- SM-kilpailuja myönnettiin hakemusten perusteella valtakunnallisuus huomioden.
- Liiton valmennus- ja koulutustilaisuuksia järjestettiin valtakunnallisesti
- Liiton hallitus järjesti strategiaseminaarin
- Viestinnässä pyrittiin avoimuuteen, selkeyteen ja monikanavaisuuteen
- Liitto toteutti seurakyselyn sekä suoraan urheilijoille suunnattuja kyselyjä
- Valmennuskoulutusten sisältö ja ohjaus suunniteltiin siten, että ne soveltuvat eri ikäisille ja toiminta- ja suorituskyvyltään erilaisille henkilöille.
- Liitto on sitoutunut Urheilun oikeusturvalautakunnan toimivaltaan, antidopingtoimintaan, kilpailumanipuloinnin ehkäisyyn sekä kansainvälisen lajiliiton sääntöihin ja määräyksiin.
- Toimihenkilöillä oli viikko- ja kuukausikokoukset.

Liiton valiokunnat vastasivat omasta toiminnasta ja toivat valmistellut esitykset liiton hallitukset päätettäväksi. Toiminnanjohtaja oli valiokuntien sihteeri sekä jäsenlehden päätoimittaja.

Liitto tunnisti keskeiset sidosryhmät ja piti tiivistä yhteyttä niihin.

Talous: Liiton kirjanpito, tilinpäätös ja toimintakertomus on laadittu lain ja hyvän kirjanpitotavan mukaisesti. Liiton vakavaraisuuden tavoitetaso oli määritetty. Liiton taloushallinto on digitaalisessa palvelussa Netvisorissa, jossa talouden prosessit on määritetty. Taloudessa huomiottiin sisäinen valvonta, tilintarkastus, riskien hallinta, lakien ja määräysten noudattaminen. Talousvaliokunta toimi ohjausryhmänä.

2) Turvallinen toimintaympäristö

Turvallisuuteen kiinnitettiin huomiota:

- SAUL toimintamalli epäasialliseen käytökseen tarkastettiin
- Työterveyshuolto oli järjestetty asianmukaisesti.
- Työterveyden toimintasuunnitelma päivitettiin (Terve Työpaikka - tavoitteet ja sisältö yhteistyölle)
- Liitto oli jäsen Sporttitalon yhteisessä työsuojelutoiminnassa ja henkilökunta on osallistunut turvallisuuskävelyyn.
- Kilpailujen järjestämissopimuksissa huomioitiin turvallisuusasiat ja järjestelytoimikunnan kokouksissa varmistettiin logistiikka- ja turvallisuussuunnitelma sekä terveysturvallisuusohjeistus.

3) Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo

Liitolla on yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma. Vuonna 2022 jäsenseuroilla tehtiin uusi yhdenvertaisuuskysely, jonka pohjalta laaditaan vuonna 2023 päivitetty suunnitelma. Kyselyn tulokset julkaistiin Ikiliikkuja-lehdessä 6/22 ja seuratedotteissa.

4) Ympäristö ja ilmasto

Liitolle tehtiin ensimmäinen ympäristövastuusuunnitelma vuodelle 2022. Valittuja toimenpiteitä toteutettiin ja vuoden lopussa tehtiin arviointi. Toimenpiteinä vuonna 2022 oli mm.

- Kyyti- ja varustepörssin luominen urheilijoille yhteiskyytejä ja urheiluvarusteiden kierrätystä varten. Ryhmä toimii Facebookissa ja kannustimena liittymiseen arvottiin ilmainen osallistuminen liiton SM-kilpailuihin. Vuoden lopussa jäseniä oli noin 160 henkilöä.
- Edustusasujen tilaaminen vain tilauksesta. Teimme suuren yhteistilauksen MM-kilpailuja varten ennakkotilauksen perusteella välttääksemme ylimääräisten asujen jäämistä varastoon.
- Osallistuimme muiden urheilujärjestöjen kanssa ”Astetta alemmas” -energiansäästökampanjaan tiedottamalla siitä kanavissamme.
- Paperilaskujen vähentäminen. Muutimme seurojen vuosi-ilmoitusta siten, että siinä kysytään sähköpostitai verkkolaskuosoitetta laskutusta varten. Edustusasujen ja uusien Ikiliikkuja-lehtien tilauksen yhteydessä kysymme sähköpostiosoitteet samoin kuin valmennuspäivä- ja leiri-ilmoittautumisissa.
- Emme onnistuneet täysin välttämään tapahtumakohtaisten tuotteiden jäämistä varastoon.

5) Antidoping ja kilpailumanipulaation torjunta

SAUL:n vuoden 2022 toimenpiteet:

- SAUL:n sääntöihin tehtiin lisäys sitoutumisesta urheiluyhteisön keskitettyyn kurinpitoon. Lisäksi liiton säännöissä on pykälä sitoutumisesta antidopingsäännöstöön ja kilpailumanipulaation torjuntaan.
- SAUL:n antidopingohjelma päivitettiin.
- Kilpailumanipulaation tilannekuva tehtiin marraskuussa 2022, jossa riskitaso todettiin matalaksi.
- Päätettiin laatia Reilun kilpailun ohjelma vuodelle 2023.
- Henkilöstö suoritti Puhtaasti Paras ja Reilusti Paras -verkkokoulutukset.
- SAUL:lla oli kriisiviestintäsuunnitelma, jossa on otettu huomioon myös mahdolliset doping- ja kilpailumanipulaatiotapaukset.
- Teemat olivat esillä liiton viestinnässä.
- SAUL teki tunnetuksi jäsentiedotteissa SUEK:n Puhtaasti paras -verkkokoulutusta, Kielletyt aineet ja menetelmät -materiaalia sekä KAMU-lääkehakua ja Erkka-erivapauskonetta.
- Viestintäkampanja järjestettiin kansainvälinen kilpailumanipulaation torjuntapäivänä 9.12.
- SAUL:n koulutustapahtumassa järjestettiin antidopingkoulutusta.
- Puhtaasti Paras -verkkokoulutukseen osallistui: 50 henkilöä, joista 35 suoritti koulutuksen.
- SAUL:n verkkosivuilla on tietoa antidopingasioita sekä linkit Maailman Antidopingtoimisto WADA:n sekä WMA:n antidopingverkkosivuille sekä SUEK:n Kamu, Puhtaasti Paras, Ilmo ja Reilusti Paras -palveluihin.
- MM-, EM- ja PM-kilpailujen joukkuekirjeissä tiedotettiin teemasta.

PALKITSEMISET

Toimintavuoden aikana myönnettiin liiton ansiomerkkejä ja tunnustuksia hakemusten pohjalta. Liiton edustaja osallistui jäsenseurojen vuosijuhliin.

SAUL-soihtu

Liiton hallitus myöntää vuosittain Pasi Tauriaisen lahjoittaman SAUL-soihdun esimerkillisellä tavalla aikuisurheilun soihdunkantajana kunnostautuneelle urheilijalle, toimihenkilölle tai seuralle vuosittain jaettavana kiertopalkintona. SAUL-soihtu myönnettiin ensimmäisen kerran 2009. Vuonna 2022 SAUL-soihtu myönnettiin IK Falken ry:lle hienosti järjestelyistä yleisurheilun SM- kilpailuista.

SAUL-malja

Kunto-Pirkat ry.

Naisten malja

Jyväskylän Kenttäurheilijat ry.

Yleisurheilumalja

Helsingin Kisa-Veikot ry

Vuoden urheilijat	Nimi	Sarja
vuoden naisurheilija	Satu Lehtonen	N50
vuoden miesurheilija	Franz Kruger	M45
pikajuoksija	Sampo Kiviharju	M35
kestävyysurheilija	Jarkko Järvenpää	M35
kävelijä	Majjaliisa Mertanen	N60
hyppääjä	Tiia Hautala	N50
heittäjä	Franz Kruger	M45
ottelija	Simo Piispa	M45
luistelija	Tommy Lahti	M40
hiihtäjä	Leena Kaartinen	N80

Vuoden tiedottaja

SAUL media, johon kuuluivat Christer Sundqvist, Aarto Nevala ja Juha Kylänpää.

Myönnetyt ansiomerkit

Vuoden aikana hallitus myönsi seuraavat liiton ansiomerkit:

SAUL:n kultainen ansiomerkki

numero	nimi	seura
101	Kauko Rokala	Kenttäurheilijat 58, Vantaa

SAUL:n pronssinen ansiomerkki

348	Olli Leino	Kenttäurheilijat 58, Vantaa
349	Sanna Kullberg	Kenttäurheilijat 58, Vantaa
350	Anna-Liisa Stenvall	Kenttäurheilijat 58, Vantaa
351	Seppo Uotinen	Kollinmäen Hervottomat
352	Leo Kalin	Kollinmäen Hervottomat
353	Erkki Räsänen	Kollinmäen Hervottomat
354	Anne Pennanen	Kollinmäen Hervottomat

TALOUS

Liiton taloushallinto hoidettiin Netvisor-palvelussa sekä Laspal Oy:n toimesta.

Liiton talouden kannalta keskeisimmät tulolähteet olivat Opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämä toiminta-avustus, jäsenmaksutulot, Ikiliikkujan tilausmaksut, kilpailumaksut, yhteistyösopimukset ja myyntimateriaalin tuotot.

Tilintarkastajina toimivat Markus Palmola Nexia Oy tilintarkastusyhteisöstä ja Viivi Ahomäki, KHT.

Tilinpäätös osoitti ylijäämää 17.570,18 euroa

TOIMISTO JA HENKILÖKUNTA

Liiton toimisto sijaitsi Sporttitalossa Helsingissä, Valimotie 10. Toimiston tehtävistä ja liiton asioiden hoitamisesta vastasivat toiminnanjohtaja Oki Vuonoranta ja järjestösihteeri Karita Soukko.

SAUL ENNÄTYSKIRJE 2022

Maailmanennätykset

	Laji	Sarja	Tulos	Nimi	Päivä	Paikka
1	Keihäs	M75	48,55	Kiuru Esa	21.5.2022	Leppävirta
2	Painonheitto	W60	18,64	Kokko Mirja	23.5.2022	Helsinki/E
3	Painonheitto	W60	18,90	Kokko Mirja	29.5.2022	Inkeroinen
4	Moukari	W60	47,17	Kokko Mirja	29.5.2022	Inkeroinen
5	Keihäs	M75	51,18	Kiuru Esa	5.6.2022	Lappeenranta
6	Keihäs	M75	52,15	Kiuru Esa	20.8.2022	Mänttä/Vilppula
7	Painonheitto	W80	13,68	Viitanen Kirsti	17.9.2022	Turku

Euroopan ennätykset

	Laji	Sarja	Tulos	Nimi	Päivä	Paikka
1	Keihäs	M75	48,55	Kiuru Esa	21.5.2022	Leppävirta
2	Painonheitto	W60	18,64	Kokko Mirja	23.5.2022	Helsinki/E
3	Painonheitto	W60	18,90	Kokko Mirja	29.5.2022	Inkeroinen
4	Moukari	W60	47,17	Kokko Mirja	29.5.2022	Inkeroinen
5	Keihäs	M75	51,18	Kiuru Esa	5.6.2022	Lappeenranta
6	80 m aidat	W80	34,16	Holmberg Varpu	1.7.2022	Tampere/H
7	Seitsenottelu	W80	4364	Holmberg Varpu	1.-2.7.2022	Tampere/H
8	200 m aidat	W70	37,28	Metsänkylä Marja	5.7.2022	Tampere
9	Keihäs	M75	52,15	Kiuru Esa	20.8.2022	Mänttä/Vilppula
10	Seiväs	W80	165	Viitanen Kirsti	6.9.2022	Turku/Kupittaa
11	Painonheitto	W80	13,68	Viitanen Kirsti	17.9.2022	Turku

Pohjoismaiset ennätykset

	Laji	Sarja	Tulos	Nimi	Päivä	Paikka
1	Pituus	K40	562	Jaana Sieviläinen	12.2.2022	Joensuu
2	3000 m	W45	9.42,40	Manninen Laura	20.2.2022	Kuopio
3	60 m aidat	W55	10,51	Siekinen Kirsti	26.2.2022	Braga POR
4	Viisiottelu	W55	4058	Siekinen Kirsti	27.2.2022	Braga POR
5	Heitto5ottelu	W80	5310	Viitanen Kirsti	15.5.2022	Turku
6	Moukari	W80	30,82	Viitanen Kirsti	15.5.2022	Turku
7	Kiekko	W80	20,10	Viitanen Kirsti	15.5.2022	Turku
8	Painonheitto	W80	12,46	Viitanen Kirsti	15.5.2022	Turku
9	Keihäs	M75	48,55	Kiuru Esa	21.5.2022	Leppävirta
10	Painonheitto	W45	15,17	Koro Kirsi	22.5.2022	Kuortane
11	Painonheitto	W60	18,64	Kokko Mirja	23.5.2022	Helsinki/E
12	Kiekko	W80	22,77	Viitanen Kirsti	22.5.2022	Salo
13	Keihäs	W80	21,83	Viitanen Kirsti	22.5.2022	Salo
14	400 m	W55	1.03,47	Mertanen Katrin	29.5.2022	Vihti/N
15	Painonheitto	W60	18,90	Kokko Mirja	29.5.2022	Inkeroinen
16	Moukari	W60	47,17	Kokko Mirja	29.5.2022	Inkeroinen
17	Kolmiloikka	W65	8,70	Salminen Anna-Liisa	29.5.2022	Vihti/N
18	Kuula	W80	9,12	Viitanen Kirsti	1.6.2022	Salo
19	Keihäs	M75	51,18	Kiuru Esa	5.6.2022	Lappeenranta
20	100 m	W55	13,53	Mertanen Katrin	7.6.2022	Turku
21	400 m	W75	1.24,00	Kumpula Maija	8.6.2022	Oulu
22	80 m aidat	W55	13,67	Mertanen Katrin	8.6.2022	Salo
23	Kuula	W80	9,37	Viitanen Kirsti	11.6.2022	Perniö
24	Keihäs	W80	22,19	Viitanen Kirsti	11.6.2022	Perniö
25	Pituus	W40	576	Häggbloom Heidi	11.6.2022	Perniö
26	400 m	W75	1.23,44	Kumpula Maija	14.6.2022	Kajaani
27	Painonheitto	W80	13,47	Viitanen Kirsti	13.6.2022	Helsinki/E
28	Pituus	W40	580	Sieviläinen Jaana	18.6.2022	Joensuu
29	Painonheitto	W45	15,31	Koro Kirsi	19.6.2022	Töysä
30	200 m	W55	27,84	Mertanen Katrin	22.6.2022	Turku
31	400 m	M55	55,59	Söderman Mikael	28.6.2022	Pedersöre
32	100 m	W85	20,50	Rantala Salme	30.6.2022	Tampere
33	80 m aidat	W80	34,16	Holmberg Varpu	1.7.2022	Tampere/H
34	korkeus	W45	157	Anunti Henna	29.6.2022	Tampere/H
35	200 m	W85	46,16	Rantala Salme	3.7.2022	Tampere
36	400 m	M55	54,97	Söderman Mikael	6.7.2022	Tampere
37	Pituus	W50	530	Hautala Tiia	5.7.2022	Tampere
38	400 m	W75	1.21,40	Kumpula Maija	8.7.2022	Tampere
39	400 m	M55	54,72	Söderman Mikael	8.7.2022	Tampere
40	Moukari	W45	47,35	Koro Kirsi	6.7.2022	Tampere
41	Painonheitto	W80	13,72	Viitanen Kirsti	1.7.2022	Tampere
42	Keihäs	W80	22,31	Viitanen Kirsti	1.7.2022	Tampere
43	Seiväs	W80	160	Viitanen Kirsti	1.7.2022	Tampere
44	Kolmiloikka	W65	9,04	Salminen Anna-Liisa	5.7.2022	Tampere
45	Kolmiloikka	W95	2,56	Sopanen Senni	9.7.2022	Tampere
46	4x400 m	W40	4.08,45	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
	Eskola Missu, Blunden Katja, Lautiala Jenni, Erkinheimo Sanna					
47	4x400 m	W35	3.55,17	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
	Hellman Ida, Utraiainen Erika, Walling Anniina, Kolehmainen Laura					

Pohjoismaiset ennätykset, Suomen ennätykset

48	4x400 m	W65	5.26,20	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
	Hilden Raija, Kumpula Maija, Metsänkylä Marja, Pihjala Salme					
49	4x400 m	M55	3.51,59	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
	Jan Särömaa, Paavo Reilson, Tommi Hoven, Mikael Söderman					
50	Heitto5ottelu	N80	5350	Viitanen Kirsti	8.7.2022	Tampere/Ph
51	300 m aidat	W55	48,64	Mertanen Katrin	5.7.2022	Tampere
52	200 m aidat	W70	37,28	Metsänkylä Marja	5.7.2022	Tampere
53	80 m aidat	W50	12,60	Hautala Tiia	9.7.2022	Tampere
54	Pituus	W40	5,93	Häggbloom Heidi	9.7.2022	Tampere
55	80 m aidat	W40	11,50	Häggbloom Heidi	9.7.2022	Tampere
56	Pituus	W70	354	Metsänkylä Marja	5.7.2022	Tampere
57	80 m aidat	W55	13,61	Siekkinen Kirsti	9.7.2022	Tampere
58	80 m aidat	W75	18,39	Kokkonen Terhi	9.7.2022	Tampere/H
59	200 m aidat	W75	43,68	Kokkonen Terhi	5.7.2022	Tampere
60	Moukari	W45	48,66	Koro Kirsi	19.7.2022	Parkano
61	Keihäs	M75	51,76	Kiuru Esa	23.7.2022	Kuhmoinen
62	Kolmiloikka	W45	10,86	Mäki Tuire	8.7.2022	Tampere
63	Painonheitto	W80	13,72	Viitanen Kirsti	13.8.2022	Pedersöre
64	Painonheitto	W45	15,72	Koro Kirsi	13.8.2022	Pedersöre
65	200 m aidat	W80	57,58	Kilpeläinen Terttu	13.8.2022	Pedersöre
66	Keihäs	M75	52,15	Kiuru Esa	20.8.2022	Mänttä/Vilppula
67	Seiväs	W80	165	Viitanen Kirsti	6.9.2022	Turku/Kupittaa
68	300 m aidat	M75	54,04	Putkinen Seppo	28.8.2022	Orimattila
69	1000 m viesti	W50	2.33,64	Maajoukkue Suomi Finland	3.9.2022	Helsinki
	Tarja Salmela, Elisa Valtanen, Virpi Råman, Katrin Mertanen					
70	1000 m viesti	M60	2.25,03	Maajoukkue Suomi Finland	3.9.2022	Helsinki
	Kylmäpuro Veijo, Salminen Esa, Pantzar Jari, Strömberg Christer					
71	1000 m viesti	M60	2.25,03	Helsingin Kisa-Veikot	3.9.2022	Helsinki
	Kylmäpuro Veijo, Salminen Esa, Pantzar Jari, Strömberg Christer					
72	Heitto5ottelu	W40	3778	Aalto Pauliina	10.9.2022	Uusikaupunki

Suomen ennätykset

	Laji	Sarja	Tulos	Nimi	Päivä	Paikka
1	200 m	W60	30,85	Oikarinen Kati	30.1.2022	Helsinki/M
2	200 m	M35	21,80	Kiviharju Sampo	30.1.2022	Helsinki
3	200 m	W60	30,67	Oikarinen Kati	5.2.2022	Helsinki/M
4	800 m	W35	2.11,71	Utriainen Erika	5.2.2022	Jyväskylä
5	200 m oz	M35	21,77	Kiviharju Sampo	5.2.2022	Tampere
6	5000 m kävely	M30	18.39,01	Veli-Matti Partanen	5.2.2022	Helsinki
7	60 m	W35	7,68	Wiss Sara	5.2.2022	Vaxjö SWE
8	800 m oz	W35	2.11,20	Utriainen Erika	12.2.2022	Mustasaari
9	800 m	W30	2.02,64	Kuivisto Sara	13.2.2022	Uppsala SWE
10	400 m oz	M40	51,50	Juntunen Jouko	13.2.2022	Tampere
11	3000 m kävely	W30	13.22,09	Neuvonen Elisa	19.2.2022	Kuopio
12	60 m	W35	7,63	Wiss Sara	13.2.2022	Sätra SWE
13	800 m oz	W35	2.08,83	Utriainen Erika	20.2.2022	Kuopio
14	3000 m	W45	9.42,40	Manninen Laura	20.2.2022	Kuopio
15	400 m oz	M40	51,05	Juntunen Jouko	21.2.2022	Braga POR
16	Korkeus	W80	0,99	Sario Seija	22.2.2022	Braga POR
17	1500 m	W30	4.06,14	Kuivisto Sara	22.2.2022	Turun POL
18	Kolmiloikka	W80	502	Sario Siija	23.2.2022	Braga POR
19	800 m	W30	2.02,36	Kuivisto Sara	2.3.2022	Madrid ESP
20	60 m	W35	7,60	Wiss Sara	26.2.2022	Växjö SWE
21	60 m aidat	W55	10,51	Siekkinen Kirsti	26.2.2022	Braga POR
22	Viisiottelu	W55	4058	Siekkinen Kirsti	27.2.2022	Braga POR
23	Kuula	W55	11,65	Siekkinen Kirsti	6.6.2022	Jyväskylä
24	10 km	M35	30,25	Järvenpää Jarkko	19.3.2022	Vantaa
25	5 km	W80	34,50	Rasimus Riitta	19.03.200	Vantaa
26	5 km	W65	22,33	Nurmi Seija	26.3.2022	Vantaa
27	Vauhditon korkeus	W45	130	Anunti Henna	27.3.2022	Jyväskylä
28	Vauhditon pituus	W70	204	Metsänkylä Marja	27.3.2022	Jyväskylä
29	Vauhditon korkeus	M90	0,78	Kietäväinen Raimo	27.3.2022	Jyväskylä
30	20 km kävely	W30	1.37,43	Neuvonen Elisa	2.4.2022	Podebrady CZE
31	Seiväs	M40	466	Westö Mikael	3.4.2022	Mustasaari
32	Maraton	W45	2.39,24	Kiekara Annemari	10.4.2022	Rotterdam NED
33	Puolimaraton	W70	1.43,15	Mankki Hellevi	17.4.2022	Rauma
34	35 km kävely	M30	2.35,28	Veli-Matti Partanen	23.4.2022	Dudince SVK
35	6 h juoksu	M35	80,871 km	Ansio Henri	23.4.2022	Kaarina
36	6 h juoksu	M40	84,024 km	Sallinen Mikko	23.4.2022	Kaarina
37	6 h juoksu	N50	71,834 km	Mäkinen Marianne	23.4.2022	Kaarina
38	6 h juoksu	N65	44,358 km	Uusi-Esko Eija	23.4.2022	Kaarina
39	6 h juoksu	N65	46,159 km	Särkkä Auni	23.4.2022	Kaarina
40	12 h juoksu	N60	105,573 km	Auvinen Pia	23.4.2022	Kaarina
41	6 h juoksu	N60	64,585 km	Särkioja Sirkka	23.4.2022	Kaarina
42	5 km tiejuoksu	M35	14,51	Järvenpää Jarkko	14.5.2022	Helsinki

Suomen ennätykset

	Laji	Sarja	Tulos	Nimi	Päivä	Paikka
43	5 km tiejuoksu	W55	19,58	Vallinoja Maija	14.5.2022	Helsinki
44	Moukari	W45	45,21	Koro Kirsi	15.5.2022	Alavus/Töysä
45	Keihäs	M75	48,55	Kiuru Esa	21.5.2022	Leppävirta
46	Painonheitto	W45	15,17	Koro Kirsi	22.5.2022	Kuortane
47	200 m	W75	35,93	Kumpula Maija	22.5.2022	Oulu
48	100 m	W75	17,41	Kumpula Maija	22.5.2022	Oulu
49	24 h juoksu	N65	149,685 km	Latvala Tuula	22.5.2022	Kokkola
50	24 h juoksu	M35	260,160 km	Ronkainen Tomi	22.5.2022	Kokkola
51	12 h juoksu	M70	110,184 km	Naumanen Urpo	22.5.2022	Kokkola
52	5 km tiejuoksu	M40	15,36	Kaas Jan	21.5.2022	Pietarsaari
53	Keihäs	W80	20,30	Holmberg Varpu	22.5.2022	Salo
54	Painonheitto	W60	18,64	Kokko Mirja	23.5.2022	Helsinki/E
55	24 h juoksu	N30	204,687 km	Rajala Milka	21.5.2022	Kokkola
56	100 m	W55	13,95	Mertanen Katrin	22.5.2022	Salo
57	80 m aidat	W55	13,84	Siekkinen Kirsti	26.5.2022	Jyväskylä
58	Korkeus	W80	0,96	Holmberg Varpu	25.5.2022	Helsinki/E
59	400 m	W55	1.03,47	Mertanen Katrin	29.5.2022	Vihti/N
60	Painonheitto	W60	18,90	Kokko Mirja	29.5.2022	Inkeroinen
61	Moukari	W60	47,17	Kokko Mirja	29.5.2022	Inkeroinen
62	Korkeus	W80	0,97	Holmberg Varpu	1.6.2022	Helsinki/E
63	4x100 m	M85	1.23,72	Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat	28.5.2022	Helsinki
				Kalervo Ermo, Varho Olavi, Sakkara Aarne, Rastas Aarre		
64	1000 m viesti	M55	2.22,57	Helsingin Kisa-Veikot	28.5.2022	Helsinki/E
				Hannula Jukka, Hieta Jukka, Miettinen Taisto, Särömaa Jan		
65	4x100 m	W75	1.31,55	Kunto-Pirkat	28.5.2022	Helsinki/E
				Mäntylä Mirja, Tellervo Pihlajaniemi, Sinikka Salo, Inkeri Januhunen		
66	4x100 m	W70	1.16,52	Jyväskylän Kenttärheilijat	28.5.2022	Helsinki/E
				Lapinkero Liisa, Kokkonen Terhi, Ahonen Maire, Mitro Anu		
67	4x100 m	W60	65,86	Helsingin Kisa-Veikot	28.5.2022	Helsinki/E
				Varis Maarit, Salminen Anna-Liisa, Nurmi Anne, Oikarinen Kati		
68	1000 m viesti	W55	3.00,66	Helsingin Kisa-Veikot	28.5.2022	Helsinki/E
				Anna-Liisa Salminen, Anne Nurmi, Kati Oikarinen, Virpi Ruohomäki		
69	1000 m viesti	W50	2.41,21	Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat	28.5.2022	Helsinki/E
				Teppo Salla, Honkanen Riikka, Valtanen Elisa, Mertanen Katrin		
70	4x100 m	W45	52,26	Helsingin Kisa-Veikot	28.5.2022	Helsinki/E
				Sillman Titta, Nikula Nelli, Haikonen Johanna, Sallinen Riitta		
71	3x800 m	W45	7.49,24	Kenttärheilijat-58 Vantaa	28.5.2022	Helsinki/E
				Kullberg Sanna, Juuti Sari, Manninen Laura		
72	4x100 m	W35	50,52	Maajoukkue	28.5.2022	Helsinki/E
				Kuukkanen-Raaska Suvii, Tillgren Tessa, Hellman Ida, Taponen Tiia		
73	4x100 m	W50	56,43	Maajoukkue	28.5.2022	Helsinki/E
				Virpi Hannuksela, Elisa Valtanen, Riikka Honkanen, Sari Pikkarainen		
74	Keihäs	M75	51,18	Kiuru Esa	5.6.2022	Lappeenranta
75	100 m	W55	13,53	Mertanen Katrin	7.6.2022	Turku
76	400 m	W75	1.24,00	Kumpula Maija	8.6.2022	Oulu
77	80 m aidat	W55	13,67	Mertanen Katrin	8.6.2022	Salo
78	100 m	W75	17,29	Kumpula Maija	10.6.2022	Oulu
79	Seiväs	M40	5,00	Westö Mikael	11.6.2022	Vaasa
80	Keihäs	W45	41,35	Pitkänen Merja	11.6.2022	Perniö
81	200 m	W60	30,84	Oikarinen Kati	11.6.2022	Helsinki/E
82	Pituus	W40	576	Häggbloom Heidi	11.6.2022	Perniö
83	100 m	W75	17,24	Kumpula Maija	14.6.2022	Kajaani
84	400 m	W75	1.23,44	Kumpula Maija	14.6.2022	Kajaani
85	Kolmiloikka	W80	5,33	Holmberg Varpu	19.6.2022	Vantaa/T
86	Painonheitto	W45	15,31	Koro Kirsi	19.6.2022	Töysä
87	100 m	W60	14,63	Oikarinen Kati	21.6.2022	Helsinki/E
88	100 m	W35	11,91	Wiss Sara	21.6.2022	Uppsala SWE
89	200 m	W55	27,84	Mertanen Katrin	22.6.2022	Turku
90	100 m	W75	17,04	Kumpula Maija	23.6.2022	Pudasjärvi
91	200 m	W60	30,48	Oikarinen Kati	27.6.2022	Sipoo
92	400 m	M55	55,59	Söderman Mikael	28.6.2022	Pedersöre
93	Moukari	W45	46,68	Koro Kirsi	29.6.2022	Tampere
94	Moukari	W50	51,50	Lehtonen Satu	29.6.2022	Tampere
95	100 m	W60	14,32	Oikarinen Kati	30.6.2022	Tampere
96	100 m	W65	15,25	Illaru Sinikka	30.6.2022	Tampere
97	100 m	W85	20,50	Rantala Salme	30.6.2022	Tampere
98	Kuula	W60	11,56	Kokko Mirja	30.6.2022	Tampere
99	80 m aidat	W80	34,16	Holmberg Varpu	1.7.2022	Tampere/H
100	80 m aidat	W70	17,19	Metsänkylä Marja	1.7.2022	Tampere/H
101	800 m	W80	4.18,91	Janhunen Inkeri	1.7.2022	Tampere
102	Painonheitto	W65	14,45	Mäkitörmä Liisa	1.7.2022	Tampere
103	Kuula	W80	8,13	Fält Inkeri	30.6.2022	Tampere
104	Korkeus	W45	157	Anunti Henna	29.6.2022	Tampere/H

Suomen ennätykset

Laji	Sarja	Tulos	Nimi	Päivä	Paikka
105	200 m	W55 27,82	Mertanen Katrin	2.7.2022	Tampere
106	200 m	W50 27,76	Råman Virpi	2.7.2022	Tampere
107	5000 m	W70 22,51,78	Mankki Hellevi	3.7.2022	Tampere
108	Seiväs	W35 350	Ruokolainen Miina	3.7.2022	Tampere
109	200 m	W85 46,16	Rantala Salme	3.7.2022	Tampere
110	Painonheitto	W70 12,75	Mäkelä Paula	22.5.2022	Kuortane
111	Painonheitto	M50 20,64	Mäkelä Tero	2.7.2022	Tampere
112	400 m	M55 54,97	Söderman Mikael	6.7.2022	Tampere
113	Pituus	W50 530	Hautala Tiia	5.7.2022	Tampere
114	400 m	W75 1.21,40	Kumpula Maija	8.7.2022	Tampere
115	400 m	M55 54,72	Söderman Mikael	8.7.2022	Tampere
116	2000 m ej.	W35 7.21,08	Rajaniemi Anne	8.7.2022	Tampere
117	Moukari	W45 47,35	Koro Kirsi	6.7.2022	Tampere
118	Puolimaraton	M75 1.42.48	Väli-Torala Tuure	10.7.2022	Tampere
119	Kiekko	W40 50,99	Aalto Pauliina	13.7.2021	Laitila
120	4x100 m	W70 1.09,64	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Kokkonen Terhi, Metsänkylä Marja, Hietarinta Helena, Kumpula Maija					
121	4x100 m	W80 1.34,56	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Holmberg Varpu, Fält Inkeri, Taipale Marjatta, Sario Seija					
122	4x100 m	W60 59,26	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Nurmi Anne, Oikarinen Kati, Savolainen Annika, Tenhu Leena					
123	4x100 m	W50 53,18	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Hannuksela Virpi, Råman Virpi, Spoof-Tuomi Kirsi, Valtanen Elisa					
124	4x100 m	W55 58,13	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Teppo Salla, Nygård-Jungar Ingela, Niska Marja, Virkalahti Anne					
125	4x100 m	W35 49,00	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Taponen Tiia, Hellman Ida, Utriainen Erika, Tillgren Tessa					
126	4x100 m	M80 1.15,24	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Penttilä Eero, Makkonen Paulus, Granbacka Pär, Poutiainen Kyösti					
126	4x100 m	M55 49,04	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Nylund Tomas, Liuska Ilpo, Särömaa Jan, Reilson Paavo					
127	4x100 m	M45 45,10	Maajoukkue	9.7.2022	Tampere
Nieminen Marko, Piispa Simo, Tauriainen Petri, Tuikka Samsa					
128	4x400 m	M55 3.51,59	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
Jan Särömaa, Paavo Reilson, Tommi Hoven, Mikael Söderman					
129	4x400 m	M40 3.30,22	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
Uusitalo Petteri, Kallio Aku, Sipilä Kalle, Juntunen Jouko					
130	4x400 m	W65 5.26,20	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
Hilden Raija, Kumpula Maija, Metsänkylä Marja, Pihjala Salme					
131	4x400 M	W45 4.27,02	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
Nikula Nelli, Ranz Saija, Haikonen Johanna, Knutar Päivi					
132	4x400 m	W40 4.08,45	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
Eskola Missu, Blunden Katja, Lautiala Jenni, Erkinheimo Sanna					
133	4x400 m	W35 3.55,17	Maajoukkue	10.7.2022	Tampere
Hellman Ida, Utriainen Erika, Wallling Anniina, Kolehmainen Laura					
134	Kymmenottelu	M45 7131	Piispa Simo	1.-2.7.2022	Tampere
135	Seitsenottelu	W45 5225	Mäki Tuire	5.-6.7.2022	Tampere/H
136	Seitsenottelu	W80 4364	Holmberg Varpu	1.-2.7.2022	Tampere/H
137	Seitsenottelu	W70 5475	Metsänkylä Marja	1.-2.7.2022	Tampere/H
138	Heitto5ottelu	W60 4774	Kokko Mirja	6.7.2022	Tampere/Ph
139	300 m aidat	W55 48,64	Mertanen Katrin	5.7.2022	Tampere
140	200 m aidat	W70 37,28	Metsänkylä Marja	5.7.2022	Tampere
141	80 m aidat	W50 12,60	Hautala Tiia	9.7.2022	Tampere
142	Pituus	W40 5,93	Häggbloom Heidi	9.7.2022	Tampere
143	80 m aidat	W40 11,50	Häggbloom Heidi	9.7.2022	Tampere
144	Pituus	W70 354	Metsänkylä Marja	5.7.2022	Tampere
145	80 m aidat	W55 13,61	Siekkinen Kirsti	9.7.2022	Tampere
146	80 m aidat	W75 18,39	Kokkonen Terhi	9.7.2022	Tampere/H
147	200 m aidat	W75 43,68	Kokkonen Terhi	5.7.2022	Tampere
148	Kolmiloikka	W75 7,03	Kokkonen Terhi	9.7.2022	Tampere
149	Moukari	W70 30,30	Mäkelä Paula	29.6.2022	Tampere
150	Moukari	W45 48,66	Koro Kirsi	19.7.2022	Parkano
151	200 m	W60 30,39	Oikarinen Kati	21.7.2022	Riihimäki
152	1000 m viesti	W45 2.33,62	Helsingin Kisa-Veikot	28.5.2022	Helsinki/E
Sillman Titta, Sallinen Riitta, Haikonen Johanna, Nikula Nelli					
153	100 m	W40 12,27	Kolehmainen Laura	21.7.2022	Riihimäki
154	Pituus	W55 451	Nygård Jungar Ingela	21.7.2022	Kannus
155	35 km kävely	W30 2.57.42	Neuvonen Elisa	22.7.2022	Eugene OR USA
156	Keihäs	M75 51,76	Kiuru Esa	23.7.2022	Kuhmoinen
157	20 km kävely	W60 2.22.23	Mertanen Maijalisa	6.7.2022	Tampere
158	Keihäs	W70 25.20	Rajamäki Riitta	25.7.2022	Töysä/Alavus

Suomen ennätykset

Laji	Sarja	Tulos	Nimi	Päivä	Paikka
159	Kolmiloikka	W45 10,86	Mäki Tuire	8.7.2022	Tampere
160	Kolmiloikka	W65 8,82	Salminen Anna-Liisa	31.7.2022	Helsinki/V
161	3000 m	W65 12,49,00	Pääkkönen Sirpa	1.8.2022	Laihia
162	Pituus	W65 3,99	Salminen Anna-Liisa	4.8.2022	Helsinki/E
163	Kuula	W55 11,81	Peltola Kristiina	8.8.2022	Seinäjoki
164	Kolmiloikka	W75 7,09	Kokkonen Terhi	11.8.2022	Pedersöre
165	Moukari	W70 31,25	Mäkelä Paula	12.8.2022	Pedersöre
166	Painonheitto	W45 15,72	Koro Kirsi	13.8.2022	Pedersöre
167	200 m aidat	W80 57,58	Kilpeläinen Terttu	13.8.2022	Pedersöre
168	400 m	M35 48,61	Kiviharju Sampo	18.8.2022	Helsinki/E
169	Seiväs	W40 315	Sillman Titta	18.8.2022	Helsinki
170	Keihäs	M75 52,15	Kiuru Esa	20.8.2022	Mänttä/Vilppula
171	3000 m kävely	W30 13.40,87	Neuvonen Elisa	24.8.2022	Lappeenranta
172	400 m	M35 48,51	Kiviharju Sampo	24.8.2022	Lappeenranta
173	100 m	M55 11,86	Reilson Pao	28.8.2022	Orimattila
174	Moukari	W80 29,26	Viitanen Kirsti	27.8.2022	Nastola/Lahti
175	Kuula	W80 8,84	Viitanen Kirsi	27.8.2022	Nastola/Lahti
176	Kiekko	W80 20,10	Viitanen Kirsti	27.8.2022	Nastola/Lahti
177	Painonheitto	W80 13,25	Viitanen Kirsti	27.8.2022	Nastola/Lahti
178	Heitto5ottelu	W80 5328	Viitanen Kirsti	27.8.2022	Nasola/Lahti
179	Moukari	W65 36,08	Mäkitörmä Liisa	8.7.2022	Tampere
180	Painonheitto	W65 14,46	Mäkitörmä Liisa	27.8.2022	Nastola
181	3000 m	W65 12.34,77	Nurmi Seija	28.8.2022	Orimattila
182	3000 m	W80 20.31,90	Rasimus Riitta	28.8.2022	Orimattila
183	Seiväs	W80 165	Viitanen Kirsti	6.9.2022	Turku/Kupittaa
184	300 m aidat	M75 54,04	Putkinen Seppo	28.8.2022	Orimattila
185	Heitto5ottelu	W40 3727	Komulainen Tanja	27.8.2022	Nastola/Lahti
186	1000 m viesti	W40 2.24,13	Maajoukkue Johanna Haikonen, Tanja Liski, Katja Larinen, Sanna Erkinheimo	3.9.2022	Helsinki
187	1000 m viesti	W50 2.33,64	Maajoukkue Suomi Finland Tarja Salmela, Elisa Valtanen, Virpi Råman, Katrin Mertanen	3.9.2022	Helsinki
188	1000 m viesti	M50 2.10,15	Maajoukkue Paavo Reilson, Petteri Soini, Petri Tauriainen, Mikael Söderman	3.9.2022	Helsinki
189	1000 m viesti	M60 2.25,03	Maajoukkue Suomi Finland Kylmäpuro Veijo, Salminen Esa, Pantzar Jari, Strömberg Christer	3.9.2022	Helsinki
190	1000 m viesti	M60 2.25,03	Helsingin Kisa-Veikot Kylmäpuro Veijo, Salminen Esa, Pantzar Jari, Strömberg Christer	3.9.2022	Helsinki
191	100 m aidat	W35 14,32	Avikainen Viivi	8.9.2022	Kirkkonummi
192	Heitto5ottelu	W40 3778	Aalto Pauliina	10.9.2022	Uusikaupunki
193	Kiekko	W80 20,65	Viitanen Kirsti	17.9.2022	Turku
194	Kuula	W80 9,21	Viitanen Kirsti	17.9.2022	Turku
195	Moukari	W80 30,56	Viitanen Kirsti	17.9.2022	Turku
196	Painonheitto	W80 13,68	Viitanen Kirsti	17.9.2022	Turku
197	100 km	N30 07.49:17	Honkala Noora	27.8.2022	Bernau-Berliini GER
198	48 h juoksu	N45 313,333 km	Wright Paula	8.7.2022	Kauhajoki
199	10 km tiejuoksu	M50 32.53	Kero Jaakko	9.10.2022	Tukholma, SWE
200	6 h juoksu	N30 70,302 km	Honkala Noora	23.10.2022	Loutrak, Athens, GRE
201	12 h juoksu	N30 129,944 km	Honkala Noora	23.10.2022	Loutrak, Athens, GRE
202	24 h juoksu	N30 246,946 km	Honkala Noora	23.10.2022	Loutrak, Athens, GRE
203	5 km tiejuoksu	M50 16.25	Kero Jaakko	12.11.2022	Vantaa
204	12 h juoksu	N45 125,412 km	Kiljunen Anne	20.11.2022	Joensuu
205	6 h juoksu	M55 71,475 km	Tolonen Veijo	20.11.2022	Joensuu
206	Maraton	W50 2.55.18	Järvelä Katja	18.12.2022	Pisa ITA
207	4x400 m	W50 4.43,87	Maajoukkue Salmela Tarja, Pikkarainen Sari, Valtanen Elisa, Råman Virpi	10.7.2022	Tampere
208	1500 m	M70 5.12,25	Träskelin Sune	7.7.2022	Tampere