

SUOMEN AIKUISURHEILULIITTO RY

TOIMINTAKERTOMUS 2024



TIIVISTELMÄ

Vuosi 2024 oli Suomen Aikuisurheiluliitto ry:n 53. toimintavuosi, kun otetaan huomioon liiton toiminta Suomen Veteraaniurheiluliitto ry:nä. Suomen Aikuisurheiluliitolla (SAUL) oli vuoden 2024 lopussa jäsenseuroja yhteensä 329. SAUL:n toimintaa osallistuvia jäseniä seuroilla oli yhteensä n. 8 000. Kaikkiaan SAUL:n jäsenseuroissa oli jäseniä yli 200 000, joista suurin osa lapsia ja nuoria. Uusia jäsenseuroja hyväksyttiin liiton jäseneksi 8 ja eroamisia myönnettiin 28. Henkilöjäsenmaksun maksoi 6 henkilöä.

Hallinto

SAUL:n puheenjohtaja toimi Reijo Häyrinen Heinolasta. Liitolla oli useita valiokuntia mm. työvaliokunta, talousvaliokunta, tiedotusvaliokunta, koulutusvaliokunta, kilpailuvaliokunta, vastuullisuusryhmä sekä kuntoliikuntaryhmä. Valiokuntien tarkoitus oli toimia liiton hallitukselle ja toiminnanjohtajalle ohjausryhmänä.

Koulutustoiminta

Liiton koulutusvaliokunnan toiminnan tarkoituksena oli järjestää ja kehittää liiton koulutustoimintaa. Valiokunnan tehtäviin kuuluivat liiton koulutustoiminnan suunnittelu ja organisointi. Maksuttomaan ohjaajakurssiin osallistui 8 henkilöä. Valmennustoimintaa järjestettiin urheilupuistoilla harjoitusleireinä sekä alueellisina valmennuspäivinä kaupunkikeskuksissa. Valmennustapahtumiin osallistui 178 urheilijaa. Valmennustoiminnan osalta koulutusvaliokunta tuotti myös valmentautumiseen ja harjoitteluun liittyviä artikkeleita ikiliikkuja-lehteen sekä täydensi liikekuvastoa liiton kotisivuille.

Terveysliikunta

Terveys- ja kuntoliikuntatoiminnasta vastasi kuntoliikuntatyöryhmä. Työryhmän tehtävänä oli kehittää liiton kunto- ja terveysasioita. Yleisurheilun SM-kilpailuissa Oulussa järjestettiin Terveystori. Terveystorilla oli liiton toiminnan lisäksi paikallisia toimijoita. Yhteistyökumppanit toteuttivat kävelykierroksia, lihashuoltopalvelua ja liikuntarasteja. Liikunnan terveyttä edistävät näkökulmat olivat vahvasti esillä SAUL:n toiminnassa mm. Ikiliikkuja-lehdessä.

Kilpailutoiminta

Vuoden 2024 kilpailutoiminnan osallistujamäärä kansainvälinen toiminta mukaan lukien oli yhteensä 3 982. Osallistujamäärä SM-kilpailuihin oli yhteensä 3388. Osallistujista 2 976 yksilösuorituksia ja 412 joukkuetta. Sukupuolijakauma oli 1070 naista ja 1906 miestä. Tämän lisäksi kilpailtiin joukkuekilpailut SAUL-maljasta (259 seuraa), Naisten- maljasta (258) ja Yleisurheilu- maljasta (259). Kaikki joukkuekilpailut voittivat Jyväskylän Kenttäurheilijat. SAUL:n henkilöpestekilpailuun osallistui 1643 urheilijaa. Voittajaksi nousi Paavo Reilson M55 sarjasta, seura Länsi-Uudenmaan Urheilijat. Kilpailutoiminnassa korostui myös liikunnan sosiaalinen ja matkailullinen puoli. Kansallisia kilpailuja järjestettiin aktiivisesti eri puolilla maata. Kansainväliseen Masters-toimintaa osallistui n. 600 urheilijaa. Suurimpana WMA:n MM-kilpailut Göteborgissa Ruotsissa, johon osallistui n. 9000 kilpailijaa ja 309 suomalaista. Hiihdon MM-kilpailut järjestettiin Vuokatissa Suomessa.

Aikuisliikuntaverkosto

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

Palkitsemiset

Liiton kunniajäseniksi kutsuttiin Leena Kallunki, Olavi Koivukangas, Reijo Pynnönen.

Mestariurheilijoiksi valittiin Pertti Ahomäki, Stig Bäcklund, Katrin Mertanen, Leo Saarinen ja Jouni Tenhu.

Vuoden valinnat 2024: vuoden mies urheilija, Sampo Kiviharju, vuoden naisurheilija, Katja Blunden, pikajuoksija, Laura Kolehmainen, kestävyysjuoksija, Hannele Kivistö, hyppääjä, Jarmo Lipasti, heittäjä, Jouni Tenhu, ottelija, Henry Andberg, kävelijä, Viljo Hyvölä, hiihtäjä, Jouko Kärki, yllättäjä, N35 4x100m, soihtu, Christer Sundqvist, tiedottaja, Miika Nousiainen, vapaaehtoinen, Marjo Sjögren.

Myönnetyt ansiomerkit:

Kultainen ansiomerkki: Reijo Pynnönen, Kangasniemen Kalske

Hopeinen ansiomerkki: Harri Mannermaa, KU-58, Teijo Pynnönen, Kangasniemen Kalske, Reijo Erkkilä, Kangasniemen Kalske

Paavo Okko, Turun Senioriurheilijat, Rauno Möttönen, Turun Senioriurheilijat,

Pronssinen ansiomerkki: Jukka-Pekka Hassinen, KU-58, Tuomas Nupponen, KU-58, Juhani Pietarinen, KU-58, Jarmo Viitanen, KU-58

Tiedotustoiminta

Liiton viestintä ja tiedotus oli monipuolista ja monikanavaista. Varsinkin verkkopohjainen viestintä oli kattavaa vuoden 2024 aikana. Tiedottamista toteutti SAUL mediatimi, johon kuuluivat liiton toimihenkilöiden lisäksi Christer Sundqvist, Juha Kylänpää ja Aarto Nevala.

Vastuullisuus

SAUL on sitoutunut urheiluyhteisön vastuullisuusohjelmaan ja päivitti vastuullisuusohjelmiaan ja toimintatapojaan vuoden 2024 aikana. Mitalien kierrätys oli iso onnistuminen. Mitaleita tuli kierrätykseen yli 1000 kpl.

SAUL:lla hyvän hallinnon toimintaohje, turvallisuus- ja terveystapaohje, yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma, ympäristövastuusuunnitelma, toimintamalli epäasialliseen käytökseen, Reilun kilpailun ohjelma ja kriisiviestintäsuunnitelma.

Talous

Liiton tärkeimmät tulonlähteet olivat jäsenmaksut, Ikiliikkuja-lehden tilausmaksut, lisenssitulot, OKM:n liikuntaa edistävien järjestöjen yleisavustus sekä yhteistyösopimukset TAYS Sydänkeskus Oy:n, Trexet Oy:n sekä Scandicin kanssa. Tilinpäätös oli kuitenkin alijäämäinen -19 219,83 euroa. Talouden haasteet on tunnistettu ja niitä varten on tehty suunnitelmat ja toimenpiteet lyhyellä ja pidemmällä aikavälillä.

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

Sisällys

TIIVISTELMÄ.....	1
YLEISTÄ.....	3
HALLINTO.....	4
Vuosikokoukset.....	4
Hallitus	4
AIKUISLIIKUNTAVERKOSTO	6
KOULUTUSTOIMINTA.....	8
TERVEYSLIIKUNTA	10
KILPAILUTOIMINTA	11
VUOSITILASTOT	16
PALKITSEMISET	18
TIEDOTUSTOIMINTA	20
VASTUULLISUUS.....	21
TALOUS	23
TOIMISTO JA HENKILÖKUNTA.....	23

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 elämysmyönteisyys. 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.

HALLINTO

Vuosikokoukset

SAUL kevätkokous 20.4.2024 Helsingissä

SAUL:n kevätkokous pidettiin 20.4.2024 Sporttitalossa, Helsingissä. Kokouksessa oli edustettuna 11 jäsenseuraa. Puheenjohtajana toimi Timo Havu ja pöytäkirjanpitäjänä Karita Soukko. Kokouksessa päätettiin tilinpäätöksen vahvistamisesta. Kokouksessa vahvistettiin hallituksen esittämä toimintakertomus, tilinpäätös ja tilintarkastuskertomus.

Kokouksessa valittiin myös neljä jäsentä ehdollepanotoimikuntaan puheenjohtaja Marjo Sjögren lisäksi. Jäseniksi valittiin Ermo Kalevo (Salo), Satu Kouvo (Lappeenranta), Marja Metsänkylä (Pori) ja Pekka Sivula (Seinäjoki).

SAUL syyskokous 23.11.2024 Tampereella

SAUL syyskokous järjestettiin 23.11.2024 Scandic Hotelli Tampere Stationissa, Tampereella. Kokouksessa oli edustettuna 11 jäsenseuraa. Puheenjohtajana toimi Tapani Nippala ja pöytäkirjanpitäjänä Karita Soukko. Vuosikokouksessa valittiin puolet hallituksen jäsenistä seuraaville kahdelle toimintakaudelle. Tämän lisäksi kokouksessa vahvistettiin vuoden 2025 toimintasuunnitelma ja talousarvio sekä hallituksen kokoonpano. Hallituksen erovuoroiset kolme jäsentä Jarkko Karstila (Orimattila), Anja Rovio (Tampere), valittiin uudelleen jatkamaan. Uutena hallitukseen valittiin Hannu Timonen-Nissi Oulusta. Hallituksen muut jatkavat jäsenet puheenjohtaja Reijo Häyrinen (Heinola), Riitta Koski (Vaasa), Harri Kivikko (Vihti), Raimo Koskela (Turku). Tilintarkastajiksi valittiin Nexia Oy tilintarkastusyhteisö, päävastuullisena HT Palmola ja toisena HT Viivi Ahomäki. Varalle Tilintarkastusyhteisö Nexia Oy:n Katja Hanski.

Hallitus

Hallituksen puheenjohtajana toimi Reijo Häyrinen Heinolasta, varapuheenjohtajana Marjo Sjögren Haukiputaalta ja sihteerinä Oki Vuonoranta. Hallituksen jäsenet Jarkko Karstila (Orimattila), Anja Rovio (Tampere), Raimo Koskela (Turku), Riitta Koski (Vaasa) ja Harri Kivikko (Vihti). Hallituksella oli viisi kokousta sekä kevät- ja syysseminaari.

Työvaliokunta

Työvaliokuntaan kuuluivat puheenjohtajana Reijo Häyrinen, Marjo Sjögren ja Oki Vuonoranta. Työvaliokunta valmisti 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 valmisti ja teki talouden seuranta.

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 Pertti Nousiainen, Tapio Ojala, Kari Pohjola, Annika Savolainen, Mika Siimes, Juha Kylänpää ja Oki Vuonoranta sihteeri.

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 organisoi valmennusleirejä ja koulutustilaisuuksia ja tuotti aineistoa Ikiliikkuja-lehteen. Koulutusvaliokunta toteutti myös valmennuspäivien ja leirien osalta ennakko- ja palautekyselyjä. Tämän lisäksi koulutusvaliokunta jakoi tietoa urheilun eettisistä/antidopingasioista.

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

Kuntoliikuntatyöryhmä

Kuntoliikuntatyöryhmän vastuulla oli liiton kunto- ja terveysliikunta-asiat. Työryhmän jäsenet olivat Anja Rovio, Riitta Koski, Christer Sundqvist, Oki Vuonoranta ja Karita Soukko sihteerinä. Toukokuussa hallitus päätti, että kuntoliikuntavaliokunta yhdistetään koulutusvaliokunnan kanssa.

Vastuullisuustyöryhmä

vastuullisuustyöryhmään kuuluivat Karita Soukko, Marjo Sjögren ja Anja Rovio. Työryhmä tehtävänä oli toimia ohjausryhmänä hallitukselle ja valmistella vastuullisuuteen liittyvät asiat.

Ikiliikkuja-lehden toimituskunta

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

AIKUISLIIKUNTAVERKOSTO

Järjestötoiminta

Vuosi 2024 oli Suomen Aikuisurheiluliitto ry:n 53. toimintavuosi, kun otetaan huomioon liiton toiminta Suomen Veteraaniurheiluliitto ry:nä.

Suomen Aikuisurheiluliitolla (SAUL) oli vuoden 2024 lopussa jäsenseuroja yhteensä 329. Jäseniä seuroilla oli yhteensä n. 8 000. Kaikkiaan SAUL:n jäsenseuroissa oli jäseniä yli 200 000, joista suurin osa lapsia ja nuoria. Uusia jäsenseuroja hyväksyttiin liiton jäseneksi 8 ja eroamisia myönnettiin 28. Henkilöjäsenmaksun maksoi 6 henkilöä.

Liittyneet seurat (9): Haapajärven Kiilat ry, West Coast Ultra Runners ry, Karttulan Urheilijat ry, Hauhon Sisu ry, Lappeen Riento ry, Muurolan Kisaveikot ry, Outokummun Partio ry, Urjalan Urheilijat ry, Salon Vilpas Yleisurheilu ry,

Eronneet seurat (28): Eurajoen Veikot ry, Helsinki Triathlon ry, Hämeenlinnan Hiihtoseura ry, Kaskö Idrottsklubb rf, Keiteleen Kunto ry, Keuruselän maratoonarit ry, Korson Kengurut ry, Laukaan Urheilijat ry, Merikarvian Into ry, Musta Neliö ry, Muuramen Yritys ry, Pielaveden Sampo yleisurheilu ry, Rajamäen Kehitys ry, Viherlaakson Veikot ry, Heavy Team ry, Porin Urheiluveteraanit ry, 4speed Triathlon Team ry, HopHab Team ry, Katupojat ry, Lammin Säkiä ry, Sulkavan Urheilijat ry, TriathlonSuomi ry, Ylistaron Kilpa-Veljet yleisurheilu ry, Senioritiimi ry, Salon Vilpas ry, Lohjan Louhi ry, Porin tarmo ry.

Valtionapua saatiin Opetus- ja kulttuuriministeriöltä varsinaiseen toimintaan 72 780 euroa. Opetus- ja kulttuuriministeriön liikuntaosaston kanssa pidettiin yllä myönteistä yhteistyötä ja painotettiin liiton kansalaisten terveysliikuntaan kohdistuvan työn tärkeyttä.

Urheiluyhteisö

SAUL oli osa laajempaa urheiluyhteisöä. SAUL nimesi yhteyshenkilöt ja edustajat yhteistyöjärjestöihin ja muihin toimijoihin. SAUL:n edustajat osallistuivat valtakunnallisen liikunta- ja urheilujärjestö Olympiakomitea ry:n tapahtumiin ja tilaisuuksiin. SAUL oli myös aktiivinen kansainvälisissä Masters-verkostoissa.

Merkittävää yhteistyötä tehtiin Suomen Urheiluliiton kanssa. Suomen Urheiluliiton (SUL) kanssa järjestettiin yhteiset SM-kilpailutapahtumat: SM-maastot Kotkassa, SM-maantiejuoksu Lahdessa, SM-maraton Jyväskylässä sekä SM-maantiekävelyt Porissa. Kansallisten kilpailujen järjestäjiä aktivoitiin ottamaan kaikki ikäluokat mukaan kilpailuajataulun niin salliessa. SAUL:n edustaja SUL:n liittovaltuustossa oli Reijo Häyrinen. SAUL toi esille myös SUL:n tuomarikoulutuksia.

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

Yhteistyökumppanit

SAUL jatkoi hyvää yhteistyötä Sydänsairaalan, Trexet Oy:n, Palkintokeskus Oy:n, Lehtisepät Oy:n sekä silmäketju Synsam Group Oy:n kanssa. Majoituskumppani oli hotelliketju Scandic Oy.

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

Kumppanuustoiminta

SAUL teki yhteistyötä Opetus- ja Kulttuuriministeriön, Suomen Urheilun Eettisen Keskuksen (SUEK), Liikkujan polku -verkostojen toiminnassa.

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.

SAUL osallistui Olympiakomitean Unelmien Liikuntapäivään ja seurapaitapäivään.

Kansainväliset verkostot

Maailman Mastersurheiluliiton World Masters Athletics (WMA) Kilpailun yhteydessä järjestettiin yleiskokous, jossa Suomea edusti Oki Vuonoranta, Reijo Häyrinen ja Raimo Koskela. Yleiskokouksessa käsiteltiin sääntömääräiset asiat, päätettiin sääntömuutoksista, tehtiin henkilövalintoja ja valittiin tulevat kilpailun järjestäjät.

MM-hallit Torunissa, Puolassa. Suomen edustajat olivat Oki Vuonoranta ja Karita Soukko.

Euroopan Mastersurheiluliiton European Masters Athletics (EMA) EM-hallit kilpailtiin Torunissa, Puolassa. Suomen joukkuejohtajina toimivat Oki Vuonoranta ja Karita Soukko. Kilpailun yhteydessä järjestettiin verkostotilaisuus, jossa Jyväskylä ja liiton edustaja Oki Vuonoranta esittelivät Jyväskylän EM-kilpailuja; EM-maraton 2025 ja EM-yleisurheilu 2027.

Pohjoismaiden Masters neuvostolla oli vuoden aikana kolme kokousta, jonka lisäksi asioita käsiteltiin sähköpostin välityksellä.

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 kehittämän maksuttoman ohjaajakurssin, jonka voi tehdä omaan tahtiinsa webinaaritallenteen avulla suoritti 9 henkilöä. Kurssi on tarkoitettu aloitteleville ohjaajille, esimerkiksi vertaisohjaajille, mutta soveltuu myös kokeneemmille ohjaajille ja valmentajille.

Valmennustoiminta

Lajiryhmävalmennusta järjestettiin urheiluopistoilla harjoitusleireinä sekä alueellisina valmennuspäivinä kaupunkikeskuksissa.

Kouluttajina toimivat Christer Sundqvistin (kävely), Alpo Pirttinen (pikajuoksu), Raimo Koskela (pikajuoksu), Tiina Lampén (pika- ja aitajuoksu), Katri Niemistö (kestävyys), Olli Leino (hypyt ja testaus), Matti Mononen (hypyt), Timo Tikka (heitot). Kuortaneen leireillä oli useita eri valmentajia. Lisäksi yhteistyötä tehtiin 400m Hapottajat ry:n kanssa.

- Yhdistyksen tavoitteena on 400 metrin juoksun ja 400 metrin aitajuoksun lajikuluttuurin ja yhteishengen vahvistaminen sekä urheilijoiden ja valmentajien tukeminen niin taloudellisesti kuin tiedollisesti (Hapottajat ry 2024).

Tavoitteena oli myös lisätä lajeista kiinnostuneiden henkilöiden määrää ja saattaa heidät aktiivisiksi harrastajiksi, joista aktiivisen kilpailutoiminnan kautta syntyy uusia menestyjiä kansainvälisiin kilpailuihin.

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

Järjestetyt koulutus- ja valmennustapahtumat

Lajiryhmä	Aika	Paikka	Osallistujat
Jyväskylän valmennuspäivä	13.-14.1.2024	Jyväskylä	20
Kameleonten valmennuspäivä	6.4.2024	Espoo	33
Hapottajat leiri aikuisurheilijoille	20.-21.4.2024	Pajulahti	20
Kuortaneen valmennusleiri aikuisurheilijoille	10.-12.5.2024	Kuortane	14
Tanhuvaaran valmennusleiri aikuisurheilijoille	10.-12.5.2024	Tanhuvaara	11
Jyväskylän valmennuspäivä	16.6.2024	Jyväskylä	5
Kuortaneen valmennusleiri aikuisurheilijoille	08-10.11.2024	Kuortane	18
Hapottajat leiri aikuisurheilijoille	16.-17.11.2024	Pajulahti	16
Pajulahden valmennusleiri aikuisurheilijoille	30.11-1.12.2024	Pajulahti	41
		Yhteensä	178

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 vapaaehtoistöihin.

Aikuisten yleisurheilukoulun järjestäjät

Alatornion Pirkat, Espoon Tapiot, 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.

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

Lehti	Teema	Kirjoittaja
* numero 1.	Psyykkinen valmennus Ikivinkki: Lattialta ylös Reilusti Paras yleisinfo ja verkkokoulutuksen esittely	Petri Turunen Ikäinstituutti SUEK
* numero 2.	Pikajuoksijan intervalliharjoittelu Karin kuntovinkki: Ruutia reisiin! Ikivinkki: Jalkojen nostot lantio ilmassa Reilusti Paras: Mitkä seuraavista vaihtoehtoista voivat olla kilpailumanipulaatiota?	Alpo Pirttinen Kari Hurmerinta Ikäinstituutti SUEK
* numero 3.	Urheilusuorituksia voi parantaa näköharjoitteilla Vauhtileikkittely Ikivinkki: Puupunnerrus Reilusti Paras: Kuka voi yrittää manipuloida urheilukilpailuja?	Synsam Christer Sundqvist Ikäinstituutti SUEK
* numero 4.	Urheiluvammat ja niiden ennaltaehkäisy Ikivinkki: Rankka rutistus istualtaan Reilusti Paras: Miten reagoida kilpailumanipulaatioyrytykseen	Jenny Vuonoranta Ikäinstituutti SUEK
* numero 5.	Uusi alku Lisää voimaa vuosiin liikkumalla Ikivinkki: Askelkyykky eteen	Olli Leino Ikäinstituutti Ikäinstituutti
* numero 6.	Pikajuoksijan maksimivoimaharjoittelu - Sopii myös muiden lajien urheilijoille Voimaliikuntaa ulkoillen Ikivinkki: Äkkilähtö Puhtaasti Paras koulutus ja muutokset vuodelle 2025	Alpo Pirttinen Kari Hurmerinta Ikäinstituutti SUEK

TERVEYSLIIKUNTA

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

Yleisurheilun SM-kilpailuissa Oulussa järjestettiin Terveystori. Terveystorilla oli liiton toiminnan lisäksi paikallisia toimijoita mm. Oulun liikuntapalvelut, Oulunseudun Fysioterapia, Sportmixer ja urheiluhieroja Pekka Lehtisola. Yhteistyökumppanit toteuttivat kävelykierroksia, lihashuoltopalvelua, liikuntarasteja.

Liikunnan terveyttä edistävät näkökulmat olivat vahvasti esillä SAUL:n toiminnassa mm. Ikiliikkuja-lehdessä.

Ikiliikkujan ravinto & terveysartikkelit

Lehti	Teema	Kirjoittaja
*numero 1	Silmäterveys – kun silmät kuivuvat Aikuisurheilijan arki	Synsam Christer Sundqvist
*numero 2	Eteisvärinä Tarjolla tietoa ja taitoa	Sydänsairaala Christer Sundqvist
*numero 3	Terveysliikuntaa aikuisurheilijalle	Christer Sundqvist
*numero 4	Hengittäminen Luustotietoutta	Christer Sundqvist Luustoliitto ja Duodecim Käypähoito
*numero 5	Liikunta pitää nuorekkaana Eteisvärinän kokonaisvaltainen hoito	Christer Sundqvist Sydänsairaala
*numero 6	Voimaa ruoasta! Aikuisurheilijoiden terveys- ja kuntotestit MM-kisoissa	Christer Sundqvist Jari Jaakkola

KILPAILUTOIMINTA

Vuoden 2024 kilpailutoiminnan osallistujamäärä kansainvälinen toiminta mukaan lukien oli yhteensä 3 982. Osallistujamäärä SM-kilpailuihin oli yhteensä 3388. Osallistujista 2 976 yksilösuorituksia ja 412 joukkuetta. Sukupuolijakauma oli 1070 naista ja 1906 miestä.

Tämän lisäksi kilpailtiin joukkuekilpailut SAUL-maljasta (259 seuraa), Naisten- maljasta (258) ja Yleisurheilumaljasta (259). Kaikki joukkuekilpailut voittivat Jyväskylän Kenttäurheilijat.

SAUL:n henkilöpestekilpailuun osallistui 1643 urheilijaa. Voittajaksi nousi Paavo Reilson M55 sarjasta, seura Länsi-Uudenmaan Urheilijat.

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

Vuoden 2024 SM-kilpailut

TILASTO SUOMEN AIKUISURHEILULIITON SM-KILPAILUIHIN 2024 OSALLISTUNEISTA						
Kilpailu, kilpailupaikka, aika, ilmoittautuneet, naiset/miehet, ennätykset						
		Ilmoittautuneita				
SM-kilpailu	Kilpailupaikka	Aika	2024	2023	Naiset	Miehet
SM-hiihdot (p) lyhyet matkat	Kotka	27.1.2024	55	59	20	35
SM-hiihto viestit (v)	Kotka	28.1.2024	J 10	J 21	J 4	J 6
SM-vauhdittomat hyppy	Pajulahti	3.2.2024	122	95	49	73
SM-hallit yleisurheilu	Jyväskylä	16.-18.2.2024	673	448	225	448
Halliviestit	Jyväskylä	16.2.2024	J 15	J 15	J 7	J 8
SM-hiihdot (v) pitkät matkat	Imatra	9.3.2024	91	97	36	55
SM-parisprintti joukkueet	Imatra	10.3.2024	J 39	J 20	J 11	J 28
SM-hallimoniottelu	Helsinki	10.3.2024	60	60	23	37
SM-puolimaraton	Lahti	13.4.2024	195	121	75	120
SM-puolimaraton, joukkueet	Lahti	13.4.2024	J 35	J 19	J 13	J 22
SM-maastojuoksut	Kotka	4.5.2024	268	243	90	178
SM-maastojuoksu, joukkueet	Kotka	4.5.2024	J 44	J 13	J 14	J 30
SM-yleisurheilu	Oulu	5.-7.7.2024	847	789	305	542
SM-viestit	Iisalmi	27.7.2024	J 196	J 251	J 79	J 117
SM-moniottelut	Keuruu	31.8.-1.9.2024	44	29	15	29
SM-rullaluistelu ja -hiihto	Tampere	1.9.2024	36	0	8	28
SM-heittoviisiottelu	Kauhajoki	7.9.2024	122	120	62	60
SM-maraton	Jyväskylä	14.9.2024	130	148	31	82
SM-maraton, joukkueet	Jyväskylä	14.9.2024	J 21	J 19	J 8	J 13
SM-maatiekävely	Pori	21.9.2024	21	21	13	8
SM-polkujuoksu	Ylöjärvi	28.9.2024	114	88	36	78
SM-polkujuoksu, joukkueet	Ylöjärvi	28.9.2024	J 24	J 12	J 6	J 18
SM-10 km maantiejuoksu	Helsinki	20.10.2024	198	192	69	123
SM-maantiejuoksu, joukkueet	Helsinki	20.10.2024	J 28	J 17	J 9	J 19
		Yhteensä	2976	2433	1070	1906
			J 412	J 429	J 151	J 261

SAUL-MALJA 2024

SAUL-MALJA 2024																							
Sija Seura		Pisteet op		Miehet		Naiset		yksilöpisteet						joukkuepisteet									
								1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6				
1	Jyväskylän Kenttäurheilijat	1156	1	413	742	1049	117	71	65	46	30	22	106	18	12	9	2	1	1				
2	Helsingin Kisa-Veikot	919	0	539	380	838	79	60	53	33	20	15	81	16	4	1	0	0	0				
3	Kunto-Pirkat	814	0	401	413	727	65	68	71	38	33	18	87	25	9	3	1	1	0				
4	V-S Masters	491	0	261	230	456	56	36	15	14	13	9	35	8	4	1	1	1	0				
5	Kenttäurheilijat-58	462	0	240	222	361	28	22	25	17	16	6	101	22	7	3	1	1	0				
6	LahtiSport	409	0	283	126	407	31	34	40	28	16	8	2	0	0	0	1	1	0				
7	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	353	0	154	199	340	21	34	20	11	9	5	13	2	1	1	0	2	1				
8	Vihdin Urheiluveteraanit	316	1	235	80	315	35	20	15	11	4	3	0	0	0	0	0	0	0				
9	Pudasjärven Urheilijat	264	0	118	146	249	25	14	11	7	5	3	15	5	1	0	0	0	0				
10	Hippoksen Maratonkerho	239	0	142	97	194	16	15	13	11	5	8	45	9	6	1	1	0	1				
11	Spove	222	0	186	36	194	25	13	9	7	10	5	28	7	2	1	0	0	0				
12	Lahden Ahkera	216	0	158	58	169	7	11	13	23	14	11	47	4	13	5	2	1	0				
13	Turun Urheiluliitto	190	0	100	90	180	16	13	8	7	4	2	10	2	0	0	0	0	0				
14	Oulun Pyrintö	173	0	52	121	164	17	11	9	4	8	9	9	0	2	0	0	0	0				
15	Esbo IF	169	1	81	87	168	15	18	7	4	3	1	0	0	0	0	0	0	0				
16	Keski-Uudenmaan Yleisurheilu	165	1	48	116	152	8	9	8	10	2	6	12	1	0	1	1	0	0				
17	Tampereen Pyrintö	158	0	57	101	154	12	12	6	8	5	2	4	0	0	1	0	0	0				
18	Savonlinnan Riento	138	0	105	33	119	16	12	4	3	3	1	19	4	2	1	1	0	0				
19	Oulun Ikiliikkujat	133	1	132	0	110	3	10	11	9	3	3	22	1	7	2	0	0	0				
20	Vehkalahden Veikot	132	1	125	6	128	14	11	1	4	0	1	3	1	0	0	0	0	0				
21	Kuopion Reipas	127	0	114	13	127	9	8	9	3	6	4	0	0	0	0	0	0	0				
22	Janakkalan Jana	126	1	56	69	122	8	7	10	5	2	4	3	0	0	0	1	0	0				
23	Hämeenlinnan Tarmo	120	0	64	56	106	5	8	9	6	8	8	14	3	2	3	1	0	0				
24	Mikkelin Kilpa-Veikot	118	0	94	24	110	8	11	6	5	4	2	8	3	0	0	0	0	1				
25	Rauhalahti Road Runners	114	0	56	58	86	4	9	8	7	1	3	28	5	1	3	3	3	0				
26	Forssan Salama	112	2	105	5	110	7	5	6	6	3	4	0	0	0	0	0	0	0				
27	Limingan Niittomiehet	95	0	89	6	95	7	5	3	5	3	0	0	0	0	0	0	0	0				
28	Rovaniemen Roadrunners	92	1	77	14	91	7	7	5	5	2	1	0	0	0	0	0	0	0				
28	IK Falken	92	0	85	7	92	11	4	3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0				
30	Lappeenrannan Urheilumiehet	91	1	48	42	78	6	5	5	5	5	7	12	4	1	1	1	0	0				

NAISTEN SAUL-MALJA 2024

KAISTEN SAUL-MALJA 2024																																	
Sija Seura		op	Naiset	yksilöpisteet						joukkuepisteet						rullat	maastot	maraton	puolimaraton	maantie10km	kävelyt	viestit	monitottelut	halli5ottelu	heitto5ottelu	halliyy	yleisurheilu	vauhdittomat	hihtoy	hihtop	polkujuoksu		
				1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6																		
1	Jyväskylän Kenttärheilijät	0	742	688	78	50	45	31	19	12	54	9	6	5	0	1	1	8		4	12		46	11	25	22	299	243	68			4	
2	Kunto-Pirkat	1	414	384	54	39	27	13	12	0	29	10	2	1	0	0	0	4	16	1	7	14		10	7	2	3	94	147	65	12	19	13
3	Helsingin Kisa-Veikot	0	380	348	39	22	25	12	8	7	32	4	4	0	0	0	0		11		7	5	1	21		9	10	111	144	51	4	2	4
4	V-S Masters	0	230	230	38	16	3	4	4	7	0	0	0	0	0	0	0	8	5		5		2				20	61	109	18	2		
5	Kenttärheilijät-58	1	223	186	13	12	13	10	5	1	36	8	2	0	0	0	0		32	1	15	24		14	3	4		27	52	34			17
6	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	0	199	186	5	20	14	9	9	1	13	2	1	1	0	2	1						8			8	61	92	30				
7	Pudasjärven Urheilijat	0	146	138	14	8	6	3	2	2	8	3	1	0	0	0	0		17	4	28							30	67				
8	LahtiSport	0	126	126	11	11	24	10	3	3	0	0	0	0	0	0	0		2							6	49	36	26	4	3		
9	Oulun Pyrintö	0	121	112	13	9	3	3	6	7	9	0	2	0	0	0	0					7		9				23	82				
10	Keski-Uudenmaan Yleisurheilu	1	117	107	6	6	4	7	0	5	9	1	0	1	0	0	0		1				9			7	38	62					
11	Tampereen Pyrintö	0	101	97	6	10	4	6	3	1	4	0	0	1	0	0	0			7					5	1	25	63					
12	Hippoksen Maratonkerho	0	97	89	10	4	3	2	2	1	8	2	1	0	0	0	0		15	10	14	5						14	25				14
13	Turun Urheiluliitto	0	90	90	9	9	5	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0		3		1				4			19	41	22			
14	Esbo IF	0	87	87	10	6	3	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0					7	2					27	51				
15	Vihdin Urheiluveteraanit	0	80	80	9	6	6	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0						4					17	22	37			
15	Varpaisjärven Vire	0	80	80	10	3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0		5		7	3					7		56				2
17	Janakkalan Jana	1	70	66	2	6	8	3	2	1	3	0	0	0	1	0	0							1	5	24	36	4					
18	Lahden Ahkera	1	59	48	6	1	2	6	4	3	10	1	3	0	1	0	0		1		3	11	6					13	8	6			11
19	Rauhalahti Road Runners	0	58	39	1	5	5	4	1	0	19	4	1	2	0	2	0		4	10	21	4		10				9					
20	Hämeenlinnan Tarmo	0	56	44	2	2	6	4	5	3	12	3	2	2	1	0	0		16	4	6	14						7	8				1
21	Raisio Kuula	0	46	46	5	5	0	3	1	1	0	0	0	0	0	0	0											2	14	30			

YLEISURHEILUN SAUL-MALJA 2024

YLEISURHEILUN SAUL-MALJA 2024																																							
Sija Seura		Pisteet op		Miehet Naiset		Yksilöpisteet						Joukkuepisteet						maraton		M N		kävelyt		M N		viestit		M N		monitottelut		halliyy		M N		yleisurheilu		M N	
						1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6																						
1	Jyväskylän Kenttärheilijät	871	1	337	533	817	88	56	50	38	25	18	53	10	7	4	0	0	0	1					53	25	28	17	6	11	417	154	263	383	152	231			
2	Helsingin Kisa-Veikot	666	0	412	254	635	59	45	36	24	15	9	31	8	0	0	0	0	0	4	4	1		1	31	20	11	16	16	276	173	103	338	199	139				
3	Kunto-Pirkat	412	0	177	235	395	25	39	30	29	24	13	17	4	4	0	0	0	0	2	2				17	12	5	10	3	7	149	67	82	234	93	141			
4	V-S Masters	305	0	153	152	299	34	21	13	10	11	8	6	1	2	0	0	1	0	12	12	2		2	6	6				107	56	51	178	79	99				
5	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	247	0	99	148	243	14	25	14	10	4	5	4	1	0	1	0	0	1					4		4				100	46	54	143	53	90				
6	LahtiSport	213	0	128	85	213	19	17	20	11	6	2	0	0	0	0	0	0	0								4	4		119	70	49	90	54	36				
7	Vihdin Urheiluveteraanit	185	0	142	43	185	19	12	10	7	2	2	0	0	0	0	0	0	0	3	3							4	4	78	61	17	100	78	22				
8	Kenttärheilijät-58	180	1	100	79	163	10	13	13	6	10	1	16	3	0	1	0	0	1						16	10	6	7	4	3	70	43	27	86	43	43			
9	Pudasjärven Urheilijat	178	0	77	101	178	20	11	7	4	1	1	0	0	0	0	0	0	0	4		4								64	34	30	110	43	67				
10	Tampereen Pyrintö	146	0	57	89	146	12	10	6	7	5	2	0	0	0	0	0	0	0	10	3	7								56	35	21	80	19	61				
11	Keski-Uudenmaan Yleisurheilu	144	0	41	103	141	7	9	6	9	2	6	3	0	0	1	0	0	0					3		3				63	25	38	78	16	62				
12	Oulun Pyrintö	139	0	44	95	134	13	9	9	3	7	9	5	0	1	0	0	0	0					5		5				23	5	18	111	39	72				
13	Esbo IF	131	0	51	80	131	13	10	5	4	3	1	0	0	0	0	0	0	0	4	4	2		2						51	24	27	74	23	51				
14	Oulun Ikiliikkujat	118	0	118	0	109	3	10	10	9	3	3	9	0	4	0	0	0	0	3	3				9	9				32	32	74	74						
15	Janakkalan Jana	100	0	44	56	100	7	7	8	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0											40	19	21	60	25	35				
16	Kuopion Reipas	96	0	88	8	96	8	7	4	2	4	4	0	0	0	0	0	0	0								2	2		58	57	1	36	29	7				
16	Savonlinnan Riento	96	0	68	28	85	8	12	4	3	3	1	11	3	0	0	1	0	0						11	5	6	2	2		26	16	10	57	45	12			
18	Lahden Ahkera	91	0	67	24	80	0	4	6	15	9	8	11	1	3	0	1	0	0	5	5				11	6	5			48	35	13	27	21	6				
19	Mikkelin Kilpa-Veikot	90	0	71	19	90	8	9	3	4	4	1	0	0	0	0	0	0	0	16	9	7	2	2						18	13	5	54	49	5				
20	Hippoksen Maratonkerho	87	0	41	46	84	6	7	6	6	2	3	3	0	2	0	0	0	0	18	8	10			3	3				30	16	14	36	14	22				
20	IK Falken	87	0	85	2	87	11	3	3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0											42	40	2	45	45					
22	Turun Urheiluliitto	86	0	32	54	86	8	7	4	5	1	0	0	0	0	0	0	0	0											42	26	16	44	6	38				
23	Spove	78	0	65	13	75	12	6	3	2	5	3	3	0	0	1	0	0	0					3	3		4	4		21	13	8	50	45	5				
24	Limingan Niittomiehet	74	0	68	6	74	6	4	3	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0											13	13		61	55	6				
25	Vaajakosken Kuohu	70	0	64	6	64	4	8	4	0	1	0	6	1	1	0	0	0	0	9	9				6	6				38	32	6	17	17					
26	Vehkalahtien Veikot	69	1	68	0	68	5	8	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1										33	33		35	35					

VUODEN HENKILÖPISTEET 2024

Sija	Henkilö	Seura	Pisteet	yksilöpisteet	1	2	3	4	5	6	joukkuepisteet
1	Paavo Reilson	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	81	81	11	3	1	0	0	0	0
2	Simo Piispa	Vehkalahden Veikot	77	77	7	7	1	3	0	1	0
3	Henna Vanhanen	Pudasjärven Urheilijat	68.33	67	11	1	0	0	0	0	1.33
4	Heli Sampolahti-Hänninen	Hippoksen Maratonkerho	67.67	65	10	2	1	0	0	0	2.67
5	Tuire Mäki	Jyväskylän Kenttäurheilijat	65.67	63	9	4	1	2	1	0	2.67
6	Katja Sillgren	Jyväskylän Kenttäurheilijat	63	63	10	5	3	0	0	0	0
6	Kirsti Viitanen	V-S Masters	63	63	15	5	0	0	0	0	0
8	Riikka Honkanen	Turun Urheiluliitto	62	62	4	5	4	2	0	0	0
9	Heikki Pesonen	Jyväskylän Kenttäurheilijat	61.5	53	9	2	1	2	1	0	8.5
10	Kirsi Helen	Kenttäurheilijat-58	58	54	9	3	2	0	0	0	4
11	Ari Aartola	Vihdin Urheiluveteraanit	56	56	8	1	1	2	0	0	0
12	Atte Lähdekorpi	Forssan Salama	55	55	3	5	2	2	1	0	0
13	Valde Piironen	Polvijärven Vauhti	54	53	8	0	0	0	0	0	1
13	Markku Savola	Savonlinnan Riento	54	54	5	4	1	0	0	0	0
15	Jukka Hannula	Helsingin Kisa-Veikot	52.25	50	3	4	2	5	0	1	2.25
16	Virpi Hannuksela	Kunto-Pirkat	51.25	50	5	7	1	0	1	0	1.25
17	Marja Niska	Kunto-Pirkat	51.17	48	10	3	1	1	0	0	3.17
18	Jaana Saarela	Kunto-Pirkat	46.92	43	8	0	0	0	0	0	3.92
19	Jari Hakola	Kyyjärven Kyky	46	46	5	2	1	0	0	0	0
20	Johanna Kivistö	Jyväskylän Kenttäurheilijat	45.75	44	7	3	0	0	0	0	1.75
21	Anna-Liisa Salminen	Helsingin Kisa-Veikot	45	45	7	1	0	0	0	0	0
22	Tuija Varsala	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	44	44	1	3	2	4	3	0	0
23	Henry Andberg	Helsingin Kisa-Veikot	43	41	7	2	2	2	3	1	2
24	Katja Larinen	Oulun Pyrintö	42.67	40	4	7	1	0	0	0	2.67
25	Eeva Palomäki	Kunto-Pirkat	42.25	41	1	2	4	4	3	0	1.25
26	Jukka Kauppila	Pudasjärven Urheilijat	41.33	39	7	0	0	0	0	0	2.33
27	Antti Takala	Spove	41	41	4	6	1	1	0	1	0
28	Toini Nousiainen	Kunto-Pirkat	40.42	36	5	3	6	0	0	0	4.42
29	Annika Savolainen	Jyväskylän Kenttäurheilijat	40.33	39	5	4	1	0	0	0	1.33
30	Sanna Westerberg	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	40.08	38	1	5	3	1	3	0	2.08
31	Mika Helenius	Kuusankylän Urheilijat	40	40	5	2	0	1	0	0	0

Kansainvälinen kilpailutoiminta

Vuosi 2024 oli aktiivinen kansainvälisillä kilpailukentillä. Masters yleisurheilun kansainväliseen toimintaa osallistui n. 600 urheilijaa. Suurimpana WMA:n MM-kilpailut Göteborgissa Ruotsissa, johon osallistui n. 9000 kilpailijaa ja 309 suomalaista. Hiihdon MM-kilpailut järjestettiin Vuokatissa Suomessa.

SAUL tehtävänä oli Suomen joukkueen organisointi ja koordinointi.

KANSAINVÄLISET KILPAILUT		Ilmoittautuneita			
Kilpailutapahtuma	Kilpailupaikka	Ajankohta	Yhteensä	Naiset	Miehet
EM-hallit	Torun Puola	16.-23.3.2024	94	37	57
EM-maantie sekä polku ja vuorijuoksu	Madeira Portugali	10.-19.5.2024	2	0	2
Viro-Suomi heittomaaottelu	Tallinna Viro	21.7.2024	55	25	30
Ruotsi-ottelu	Helsinki Suomi	30.8.2024	16	8	8
MM-yleisurheilu	Göteborg Ruotsi	13.-25.8.2024	309	124	185
MM-maraton	Bucharest Romania	13.10.2024	16	9	7
MM-polku ja vuorijuoksu	Canfrank Espanja	13.-15.9.2024	2	0	2
PM-maastot	Vantaa Suomi	10.11.2024	97	33	64
MM-100km juoksu	Bengalur, Intia	7.12.2024	3	1	2
		Yhteensä	594	237	357



Ruotsi-ottelu

Anders Toll M60

Christer Strömberg M60

Mats Holmberg M50

Miika Nousiainen M50

Erik Tholen M40

Jouko Juntunen M40

Kuva maaottelun ohjelmajina juostun 4x100m sekaviestin lähdöstä.



Kelhänsnot yhteiskuussa Viro-Suomi heittomaaottelussa 21.7.2024.

Kuva: Oki Vuononanta

MM-Göteborg 2024

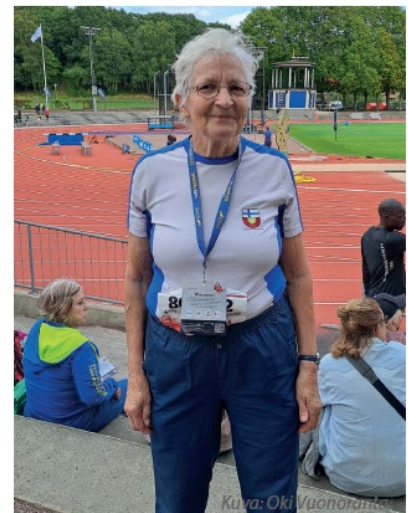


Voittoisa N35-pikaviestijoukkue Göteborgin MM-kisoissa! Laura Kolehmainen, Erika Utriainen, Marjukka Tuominen ja Ida Hellman.



Kuva: Karita Soukko

Tomi Kanto (M50) oli hyvin tyytyväinen 3000 m estejuoksun jälkeen. Upeasti Tomi saavutti MM-hopeaa Göteborgissa!



Kuva: Oki Vuononanta

Kirsti Viitanen (N80) on tottunut urakoi-
maan arvokisoissa. Göteborgin MM-kisois-
sa Kirsti saavutti 9 mitalisijaa.

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

UUDET MAAILMAN ENNÄTYKSET 2024

Laji	Sarja	Tulos	Nimi
kuula	M105	2.87	Koppinen Ilmari
5000 m kävely	M95	62.10.10	Hyvölä Viljo
keihäs	M85	41.36	Tenhu Jouni

Laji	Sarja	Tulos	Nimi
kuula	M105	2.87	Koppinen Ilmari
5000 m kävely	M95	62.10.10	Hyvölä Viljo
keihäs	M85	39,86	Tenhu Jouni
seiväs	M75	311	Lipasti Jarmo



Kuvassa Jouni Tenhu



UUDET POHJOISMAISET ENNÄTYKSET 2024

Laji	Sarja	Tulos	Nimi
seiväs	M55	412	Kois Antti
seiväs	N55	301	Eskelinen Marja
seiväs	N55	301	Eskelinen Marja
200 m	W55	8,48	Lahdensuo Elisa
korkeus	W85	85	Taipale Marjatta
60 m	W70	9,70	Illaru Sinikka
kuula	W80	9,17	Ervolahti Rauha
seiväs	M55	416	Kois Antti
60 m aj	W55	9,87	Mertanen Katrin
200 m	W70	32,98	Illaru Sinikka
kuula	M95	7,12	Saari Leo
pituus	W95	0.91	Sopanen Senni
kolmiloikka	W95	199	Sopanen Senni
halliviisiottelu	W40	3791	Tillgren Tessa
/ 9.19=1008 / 155=806 / 10.26=625 / 511=720 / 2.42.00=632			
pituus	W65	409	Salminen Anna-Liisa
viisiottelu	W40	3847	Tillgren Tessa
/ 9.29=989 / 160=795 / 9.98=604 / 532=789 / 2.38.73=670			
4x200 m halli	W75	3.40.53	Maajoukkue
Maksimainen Marja, Pihlaja Helinä, Kivistö Hannele, Viitanen Kirsti			
4x200 m halli	W55	2.04,07	Maajoukkue
Lahdensuo Elisa, Honkanen Riikka, Westerberg Sanna, Niska Marja			
puolimaraton	W50	1.18.07	Manninen Laura
puolimaraton	M70	1.28.47	Piironen Valde
10000 m	W50	35.12.99	Manninen Laura
seiväs	M75	302	Lipasti Jarmo
paino	W70	13.71	Mäkela Paula
puolimaraton	W80	2.13.39	Saari Leena
seiväs	M75	303	Lipasti Jarmo
seiväs	M75	309	Lipasti Jarmo
seiväs	W55	310	Eskelinen Marja
keihäs	M85	36,15	Tenhu Jouni
seiväs	M70	336	Haapakoski Tapani
80 m aj	W55	13.25	Mertanen Katrin
5000 m kävely	M95	62.10.10	Hyvölä Viljo
keihäs	M85	39,86	Tenhu Jouni
seiväs	W35	352	Ruokolainen Miina
keihäs	M85	41.36	Tenhu Jouni
200 m	W75	34.48	Kumpula Maija
moukari	W40	53.58	Korpela Merja
moukari	W40	54.05	Korpela Merja
1000 m viesti	M75	3.02.06	Kunto-Pirkat
Pietilä Taisto, Finning Ahti, Rantala Veikko, Eromäki Heikki			
1000 m viesti	M60	2.24.70	Helsingin Kisa-Veikot
Hälinen Pekka, Vanhanen Tuomo, Kylmäpuro Veijo, Strömberg Christer			
seiväs	M75	311	Lipasti Jarmo
korkeus	W45	165	Anunti Henna
kymmenottelu	M75	6813	Lipasti Jarmo
/ 15.42 =711 / 401 =762 / 10.24 0773 / 139 = 915 / 1.20.11 = 427 / 15.11 = 816 / 29.44 = 642 / 280 = 880 / 26.85 = 553 / 8.06.20 = 334			
4x100 m	W75	1.22.37	Suomi / Finland
Kokkonen Terhi, Taipale Marjatta, Maksimainen Marja, Viitanen Kirsti			
heittoviisiottelu	W40	3545	Komulainen Tanja
38.85 / 11.99 / 47.48 / 12.50 / 35.49			
4x100 m	W65	1.03,08	Maajoukkue
Nurmi Anne, Salminen Anna-Liisa, Siekkinen Tuula, Illaru Sinikka			

UUDET SUOMEN ENNÄTYKSET 2024

Laji	Sarja	Tulos	Nimi
60 m	W70	10,02	Hilden Raija
200 m	W70	34,01	Hilden Raija
3000 m	W50	10.22.71	Manninen Laura
3000 m	W50	10.22.71	Manninen Laura
400 m	W80	1.58.23	Karetie Pirjo
seiväs	M55	4,00	Kois Antti
60m aj	M30	7,63	Lakka Elmo
60 m	W55	8,61	Lahdensuo Elisa
kuula	W40	12,65	Kelo Niina
60 m	W70	9,83	Hilden Raija
200 m	W70	34,53	Hilden Raija
400 m	W70	1.24.02	Hilden Raija
3000 m	W40	10.00.19	Rajaniemi Anne
1500 m	W40	4.40.19	Rajaniemi Anne
800 m	W40	2.20.82	Rajaniemi Anne
seiväs	M55	405	Kois Antti
800 m	W40	2.17.59	Blunden Katja
400 m	W30	54,71	Nygård Jeanine
vauhditon korkeus	W55	113	Koivuniemi Minna
vauhditon kolmiloikka	M70	789	Sundell Harri
vauhditon pituus	M70	276	Sundell Harri
seiväs	W30	432	Nikkanen Minna
pituus	W40	553	Sieviläinen Jaana
seiväs	M55	412	Kois Antti
60 m aj	M40	8,71	Vuonoranta Oki
200 m	W80	46,31	Karetie Pirjo
puolimaraton	W30	1.09:55	Richardsson Camilla
3000 m	W50	10.11.22	Manninen Laura
3000 m	W50	10.11.22	Manninen Laura
kuula	W40	12,70	Kelo Niina
200 m	W35	26,65	Kivistö Johanna
3000 m kävely	W80	22.52.77	Karetie Pirjo
60 m	W55	8,48	Lahdensuo Elisa
1500 m	W55	5.17.95	Riitamäki Sirpa
1500 m	W80	9.11.87	Kivistö Hannele
400 m	W55	1.08,19	Mertanen Katrin
400 m	W70	1.22.52	Hilden Raija
400 m	W80	1.55.59	Karetie Pirjo
400 m	M75	1.11,60	Pesonen Heikki
seiväs	M55	416	Kois Antti
kuula	W55	11,74	Peltola Kristiina
60 m aj	W55	9,87	Mertanen Katrin
200 m	W80	45,96	Karetie Pirjo
200 m	M70	28,50	Vauhkonen Reijo
200 m	W70	34,38	Hilden Raija
200 m	W65	32,98	Illaru Sinikka
800 m	W55	2.39.78	Riitamäki Sirpa
800 m	W80	4.28.58	Karetie Pirjo
200 m	W35	26,62	Kivistö Johanna
3000 m	W50	10.03,08	Manninen Laura
3000 m	W50	10.03,08	Manninen Laura
3000 m	W80	19.34.44	Kivistö Hannele
800 m	W45	2.27.91	Vanhanen Henna

Laji	Sarja	Tulos	Nimi
200 m	W75	41.24	Kokkonen Terhi
pituus	W95	0,91	Sopanen Senni
kolmiloikka	W95	199	Sopanen Senni
hallivisiottelu	W40	3791	Tillgren Tessa
/ 9.19=1008 / 155=806 / 10.26=625 / 511=720 / 2.42.00=632			
hallivisiottelu	M30	5.12.1906	Sirviö Ville
/ 9.70=599 / 559=500 / 10.96=543 / 166=512 / 3.33,11=377 /			
5 km tiejuoksu	W50	17.22	Manninen Laura
5 km tiejuoksu	W70	23.56	Tynkkynen Mirjam
3000 m	W80	18.17.21	Kivistö Hannele
3000 m	W80	18.17.21	Kivistö Hannele
pituus	W65	409	Salminen Anna-Liisa
pituus	W65	409	Salminen Anna-Liisa
pituus	W55	458	Nygård Jungar Ingela
pituus	W55	458	Nygård Jungar Ingela
seiväs	W55	290	Eskelinen Marja
seiväs	W55	290	Eskelinen Marja
seiväs	W55	300	Eskelinen Marja
seiväs	W55	300	Eskelinen Marja
200 m	W55	28.28	Lahdensuo Elisa
visiottelu	W40	3847	Tillgren Tessa
/ 9.29=989 / 160=795 / 9.98=604 / 532=789 / 2.38.73=670			
1500 m	W80	9.09,69	Kivistö Hannele
4x200 m halli	W75	3.40.53	Maajoukkue
Maksimainen Marja, Pihlaja Helinä, Kivistö Hannele, Viitanen Kirsti			
4x200 m halli	W55	2.04.07	Maajoukkue
Lahdensuo Elisa, Honkanen Riikka, Westerberg Sanna, Niska Marja			
5 km tiejuoksu	W30	15.34	Chydenius Nina
puolimaraton	W50	1.18.07	Manninen Laura
puolimaraton	M45	1.07.53	Utriainen Jussi
10 km tiejuoksu	W50	36.52	Manninen Laura
5 km tiejuoksu	W50	17.13	Manninen Laura
5 km tiejuoksu	M60	17.42	Kilpinen Petteri
10 km tiekävely	M30	38.34	Partanen Veli-Matti
10000 m	W50	35.12.99	Manninen Laura
400 m	W30	53.19	Thureson Milja
5 km tiejuoksu	W65	22.19	Nurmi Seija
10 km tiejuoksu	W50	36.29	Manninen Laura
paino	W70	13.71	Mäkela Paula
100 m	W40	12,53	Kolehmainen Laura
puolimaraton	W80	2.13.39	Saari Leena
5000 m	W50	17.02,03	Manninen Laura
painonheitto	M55	18,56	Satto Petri
110 m aj	M30	13,43	Lakka Elmo
seiväs	W55	310	Eskelinen Marja
seiväs	M70	336	Haapakoski Tapani
80 m aj	W55	13.25	Mertanen Katrin
5000 m kävely	M95	62.10.10	Hyvölä Viljo
keihäs	M85	39,86	Tenhu Jouni
kuula	W80	9,29	Ervalahti Rauha
100 m	W70	15,91	Illaru Sinikka
200 m	W70	33,16	Illaru Sinikka
seiväs	M75	290	Lipasti Jarmo
800 m	W80	4.18.07	Karetie Pirjo

Laji	Sarja	Tulos	Nimi
painonheitto	M55	18,77	Satto Petri
100 m aj	W30	12,65	Harala Lotta
seiväs	W35	352	Ruokolainen Miina
keihäs	M85	41,36	Tenhu Jouni
seiväs	M55	412	Kois Antti
200 m	W75	34,48	Kumpula Maija
seiväs	M75	301	Lipasti Jarmo
moukari	M75	47,93	Ekholm Simo
moukari	W40	53,58	Korpela Merja
moukari	W40	54,05	Korpela Merja
800 m	W45	2.17,46	Blunden Katja
400 m aj	W40	64,94	Korhonen Anni
400 m aj	W40	64,35	Kolehmainen Laura
4x100 m	M70	56,26	Jyväskylän Kenttärheilijat
Lahtinen Leo, Vauhkonen Reijo, Hanhinen Jaakko, Pesonen Heikki			
4x100 m	W35	51,83	Jyväskylän Kenttärheilijat
Mäki Tuire, Kivistö Johanna, Tillgren Tessa, Kiander Heidi			
4x100 m	M60	52,11	Helsingin Kisa-Veikot
Hällinen Pekka, Vanhanen Tuomo, Kylmäpuro Veijo, Strömberg Christer			
1000 m viesti	M60	2.24.70	Helsingin Kisa-Veikot
Hällinen Pekka, Vanhanen Tuomo, Kylmäpuro Veijo, Strömberg Christer			
1000 m viesti	M70	2.40.52	Jyväskylän Kenttärheilijat
Vauhkonen Reijo, Pesonen Heikki, Hanhinen Jaakko, Lahtinen Leo			
1000 m viesti	M75	3.02,06	Kunto-Pirkat
Pietilä Taisto, Finning Ahti, Rantala Veikko, Eromäki Heikki			
800 m	W45	2.16,97	Blunden Katja
1500 m	W50	4.51,25	Manninen Laura
seiväs	M75	311	Lipasti Jarmo
80 m aidat	M75	14,73	Lipasti Jarmo
400 m	M70	1.5.2018	Vauhkonen Reijo
1500 m	W45	4.45,08	Blunden Katja
seiväs	M55	417	Kois Antti
korkeus	M75	145	Lipasti Jarmo
korkeus	W45	165	Anunti Henna
kymmenottelu	M75	6813	Lipasti Jarmo
/ 15.42 = 711 / 401 = 762 / 10.24 0773 / 139 = 915 / 1.20.11 = 427 /			
15.11 = 816 / 29.44 = 642 / 280 = 880 / 26.85 = 553 / 8.06.20 = 334			
800 m	W45	2.15,78	Blunden Katja
4x100 m	W75	1.22,37	Maajoukkue
Kokkonen Terhi, Taipale Marjatta, Maksimainen Marja, Viitanen Kirsti			
heittoviisiottelu	W40	3545	Komulainen Tanja
38.85 / 11.99 / 47.48 / 12.50 / 35.49			
20 km kävely	W55	2.10.59	Koivunen Ursula
400 m	M75	69,47	Pesonen Heikki
seitsenottelu	W80	3101	Karetie Pirjo
31.91 - 91 - 6.76 -46.54 -251 - 14.92 -4.32.71			
seitsenottelu	W60	4378	Niska Marja
17.56 - 118 - 8.04 - 32.31 -389 - 22.76 - 3.18.82			
4x100 m	W65	1.03,08	Maajoukkue
Nurmi Anne, Salminen Anna-Liisa, Siekkinen Tuula, Illaru Sinikka			
moukari	M75	48,63	Ekholm Simo
10 km	M60	35,35	Pesonen Yrjö
4x400 m sekaviest	40	3.45.85	Maajoukkue
Juntunen Jouko, Glad-Schreven Jasmina, Uusitalo Petteri, Myllyniemi Yesenia			
4x400 m sekaviest	50	4.14.56	Maajoukkue
Nousiainen Miika, Mertanen Katrin, Andberg Henry, Lahdensuo Elisa			
4x400 m sekaviest	60	4.37.91	Maajoukkue
Strömberg Christer, Kumpula Maija, Kaukola Jukka, Oikarinen Kati			
800 m	M85	3.30.19	Salmela Kosti
korkeus	W80	0,99	Pihlaja Helinä
puolimaraton	M75	1.38.57	Peura Olavi
10 km tiejuoksu	W50	35,46	Manninen Laura
puolimaraton	W50	1.17.11	Manninen Laura
10 km tiejuoksu	W60	43,24	Saarela Jaana
5 km tiejuoksu	M80	26,19	Juopperi Markku

PALKITSEMISET

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

Liiton kunniajäseniksi kutsuttiin Leena Kallunki, Olavi Koivukangas, Reijo Pynnönen.



Kunniajäsenet, Reijo Pynnönen, Leena Kallunki ja Olavi Koivukangas.

Mestariurheilijoiksi valittiin Pertti Ahomäki, Stig Bäcklund, Katrin Mertanen, Leo Saarinen ja Jouni Tenhu



- vuoden mies urheilija, Sampo Kiviharju
- vuoden naisurheilija, Katja Blunden
- pikajuoksija, Laura Kolehmainen
- kestävyysjuoksija, Hannele Kivistö
- hyppääjä, Jarmo Lipasti
- heittäjä, Jouni Tenhu
- ottelija, Henry Andberg
- kävelijä, Viljo Hyvölä
- hiihtäjä, Jouko Kärki
- yllättäjä, N35 4x100m
- soihtu, Christer Sundqvist
- tiedottaja, Miika Nousiainen
- vapaaehtoinen, Marjo Sjögren
- henkilö pisteet kolme parasta:
1. Paavo Reilson 2. Simo Piispa 3. Henna Vanhanen
- SAUL malja, Jyväskylän Kenttäurheilijat
- naisten malja, Jyväskylän Kenttäurheilijat
- yleisurheilumalja, Jyväskylän Kenttäurheilijat



Vuoden vapaaehtoinen, Marjo Sjögren.

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 2024 SAUL-soihtu myönnettiin Christer Sundqvistille.

Myönnetyt ansiomerkit

Kultainen ansiomerkki

- Reijo Pynnönen, Kangasniemen Kalske

Hopeinen ansiomerkki

- Harri Mannermaa, KU-58
- Teijo Pynnönen, Kangasniemen Kalske
- Reijo Erkkilä, Kangasniemen Kalske
- Paavo Okko, Turun Senioriurheilijat
- Rauno Möttönen, Turun Senioriurheilijat

Pronssinen ansiomerkki

- Jukka-Pekka Hassinen, KU-58
- Tuomas Nupponen, KU-58
- Tuomas Pietarinen, KU-58
- Jarmo Viitanen, KU-58

TIEDOTUSTOIMINTA

Liiton viestintä ja tiedotus oli monipuolista ja monikanavaista. Varsinkin verkkopohjainen viestintä oli kattavaa vuoden 2024 aikana. Tiedottamista toteutti SAUL mediatiimi, johon kuuluivat liiton toimihenkilöiden lisäksi Christer Sundqvist, Juha Kylänpää ja Aarto Nevala.

Viestintäkanavat:

- SAUL:n virallinen tiedotuslehti Ikiliikkuja
- SAUL verkkosivut
- SAUL Facebook sivusto sekä Instagram tunnuksella Aikuisurheiluliitto

SAUL media vastasi Ikiliikkuja-jäsenlehdessä, ylläpiti ja tuotti sisältöä liiton verkkosivuille ja Facebookiin. Aiheena olivat viralliset tiedotteet, toimintaan liittyvät asiat, kunto- ja terveysliikunta ja muut liikunnallista elämäntapaa edistävät aiheet. Kilpailutoiminnasta tuotettiin tuloksatsausta ja kilpailuraportteja. Aikuisurheilijoiden ennätykset päivitettiin viimeistään seuraavana päivänä ennätyksestä. MM- ja EM-kilpailujen mitalisteista lähetettiin mediatiedotteet seuroihin ja kuntiin sekä paikalliseen lehdistöön.

Päivittäinen vierailu liiton medioissa oli aktiivista eritoten MM-, EM-, PM- ja SM-kilpailujen aikana. Eniten sivuilta haettiin tietoa ajankohtaisista asioista mm. kilpailukalenteria sekä kilpailujen tuloksia.

Facebook-sivulla suosituimmiksi nousivat ennätysilmoitukset ja tuloksatsaukset. Facebook sivun seuraajien määrä nousi yli 3700 edellisen vuoden 3000 seuraajasta. Yksittäisen julkaisun kattavuus oli 2000–105 000. Kokonaisuudessaan julkaisujen kattavuus oli vuoden aikana yli miljoona.

Liitto teki tiedotuksellista yhteistyötä seuraavissa kampanjoissa: Ihmisoikeusliiton Älä riko urheilua, SUEKin Reilun Pelin päivä, Puhtaasti Paras ja Korruption vastainen päivä, Ikäinstituutin Vie vanhus ulos ja Ikiliikkuja-viikko, Porraspäivät ja Liikkuva Työviikko.

Vuoden tiedottajana palkittiin Ratakierros kirjan julkaissut Miika Nousiainen.

Ikiliikkuja-lehti

Vuosi 2024 oli 22. vuosi, jolloin liitto julkaisi tiedotuslehteään Ikiliikkujaa. Lehti ilmestyi 6 kertaa ja sen levikki oli 1250. Lehden toimittamisesta vastasi Ikiliikkujan toimituskunta. Vakituiset avustajat toimittivat artikkeleita ja kuvia. Ikiliikkujan painopaikka oli Lehtisepät Forssassa.



AALTO-YLIOPISTON MBA-TUTKINNON SUORITTAJAT TEKIVÄT PROJEKTIN AIKUISURHEILUN KEHITTÄMISEKSI

Koko vuoden neljä MBA-opiskelijaa on tutustunut Aikuisurheiluliiton toimintaan liiketoiminnan lasien kautta. Projektin alullepanija ja omistaja, Douglas Portugal, on itse aloittanut pikajuoksun harrastamisen viime vuonna ja osallistui ensimmäisiin Masters-kilpailuihinsa Jyväskylän SM-halleissa. Kaikki mukana olleet opiskelijat, jotka valittiin mukaan tähän tiimiin, työskentelevät yritysmaailmassa ja ovat kiinnostuneita liikkumisesta.

Projekti alkoi liiton toimihenkilöiden ja joidenkin vapaaehtoisten tapaamisella, edeten viiden jäsenseuran edustajan haastatteluihin. Pääaiheina olivat kilpailujen järjestäminen sekä uusien urheilijoiden ja vapaaehtoisten löytäminen. Tämän lisäksi haastateltiin vertailukohtana Palloliiton edustajaa. Aikuisurheiluliiton prosesseja verrattiin liiketoimintamalleihin ja asiakashankintaan. Näiden pohjalta tehtiin ehdotus liiton toiminnan kehittämiseen.

Elokuussa työn lopputulokset käytiin läpi SAUL-toimiston kanssa, syyskuussa ne esiteltiin yliopistolle ja lokakuussa liiton hallitukselle. Ehdotuksina liitolle oli mm. tuottaa Kilpailujärjestäjän käsikirja, josta löytyisi koottuna kaikki oleellinen tieto, teettää kysely urheilijoille ja va-



Projektin tekijät Kai Nymän, Douglas Portugal, Jarkko Mäkiranta ja Elna Suomalainen yhteiskuvassa liiton edustajan Karita Soukon kanssa Aalto-yliopiston esittelytilaisuudessa 17.9.2024.

paaehtoisille, jotta saamme paremman kuvan ”asiakkaittemme” arvoista ja motiiveista ja kolmanneksi tehdä markkinointisuunnitelma, johon sisältyy sosiaalisen median ja verkkosivujen tehokkaampi käyttö.

Jos sinä, Ikiliikkuja-lehden lukijamme, haluaisit olla mukana kehittämässä jotakin näistä osa-alueista, laita viestiä liiton toimistoon: toimisto@saul.fi. Viedään yhdessä aikuisurheilua eteenpäin!

VASTUULLISUUS

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

Hyvä hallinto

Liiton toimintaa ohjaavat 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 huomioiden.
- 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 oli 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 kirjanpito-tavan 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.

Turvallinen toimintaympäristö

Turvallisuuteen kiinnitettiin huomiota:

- SAUL toimintamalli epäasialliseen käytökseen tarkastettiin ja päivitettiin.
- Työterveyshuolto oli järjestetty asianmukaisesti.
- Työterveyden toimintasuunnitelma päivitettiin.
- Liitto oli jäsen Sporttitalon yhteisessä työsuojelutoiminnassa, ja henkilökunta on osallistunut talon turvallisuuskävelyn.
- Kilpailujen järjestämissopimuksissa huomioitiin turvallisuusasiat ja järjestelytoimikunnan kokouksissa varmistettiin logistiikka- ja turvallisuussuunnitelma sekä terveysturvallisuusohjeistus.

Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo

Liitolla on yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma. Seuraava yhdenvertaisuuskysely toteutetaan suunnitelman mukaan syksyllä 2025. Sen perusteella valitaan jatkotoimenpiteet. Vuoden 2022 kyselyn perusteella valituista painopisteistä toteutettiin tänä vuonna ikäsyryjintään ja häirintään liittyviä toimenpiteitä.

Ikäsyrjintä

Seuroja kannustettiin palkitsemaan vuoden aikuisurheilija. Vuosiraporttiin vastanneista seuroista hieman yli 38 % oli palkinnut vuoden aikuisurheilijan vuonna 2024. Tässä oli hienoista kasvua vuoden 2023 osuuteen.

Urheilugaalan järjestäjiin oltiin yhteydessä aikuisurheilijoiden mukaan ottamiseksi palkitsemiskategorioissa. Alueellisissa gaaloissa tämä huomioitiin hyvin – valtakunnallisesti ei.

Viestintä häirintätapausten käsittelystä seurassa

Yhdenvertaisuuskyselyn (2022) mukaan urheilijat eivät tienneet onko heidän seurassaan toimintatapa syrjimistapauksiin, eikä suurimmassa osassa oltu keskustelu syrjinnästä. Vuonna 2024 seuroja muistutettiin toimintatapojen luomisesta ja niistä tiedottamisesta jäsenistölleen. Lisäksi seuroille lähetettiin häirintäyhteyshenkilön koulutusmateriaalia marraskuun jäsenkirjeessä.

Sukupuolten tasa-arvo

Yksi tavoitteista on ollut naisten osuuden kasvattaminen SM-kilpailuosallistujista. Vuonna 2024 naisten osuus kaikista osallistuneista oli 36 %, mikä on suurin vuoden 2019 jälkeen. Edelliseen vuoteen verrattuna naisten määrä lisääntyi yli 200 osallistujalla. Suunta on siis oikea.

Ympäristö ja ilmasto

Liiton ympäristövastuusuunnitelma päivitettiin. Valittuja toimenpiteitä toteutettiin ja vuoden lopussa tehtiin arviointi. Toimenpiteinä vuonna 2024 oli mm.

- Kyyti- ja varustepörssin ylläpito Facebookissa urheilijoille yhteiskyytejä ja urheiluvarusteiden kierrätystä varten. Vuoden lopussa jäseniä oli noin 270 henkilöä.
- Edustusasujen hankinta vain tilauksesta. Teimme tilaukset kansainvälisiä kilpailuja varten ennakkotilausten perusteella välttääksemme ylimääräisten asujen jäämistä varastoon. Tässä onnistuttiin hyvin.
- Kierrätimme käyttökelvottomat mitalit metallinkeräykseen ja oitimme mitalinauhat uusiokäyttöön.
- Uutena toimenpiteenä aloitimme mitalien kierrätyspisteen SM-halleissa ja SM-kesäkilpailuissa. Vuoden 2024 aikana kierrätykseen tuotiin yli 1000 mitalia, joista noin puolet voitiin käyttää uudestaan palkintoina. Tämä oli onnistunut projekti, jota jatketaan.
- Emme tulostaneet vuosikokousaineistoja kaikille osallistujille, vaan jaoimme ne sähköisesti ilmoittautuneille.
- Tiedotimme julkisen liikenteen käytöstä suurimmissa SM-kilpailukaupungeissa.
- Käytimme sähköistä ilmoittautumis- ja tulospalvelujärjestelmää.
- Suosimme etäkokouksia ja sähköisiä kokousaineistoja.

Antidoping ja kilpailumanipulaation torjunta

SAUL oli toimintakaudella 2024

- Sitoutunut Urheiluyhteisön vastuullisuusohjelmaan ja keskitettyyn kurinpitoon.
- Sitoutunut Suomen antidopingsäännöstöön.
- Sitoutunut vastustamaan kilpailumanipulaatiota.
- Nimennyt yhteyshenkilön, joka koordinoi antidoping- ja kilpailumanipulaatioasioita sekä osallistuu SUEKin järjestämiin koulutustilaisuuksiin.
- Tehnyt tunnetuksi Ikiliikkuja-lehdessä sekä MM-, EM- ja PM-kilpailujen tiedotteissa SUEKin Puhtaasti paras -verkkokoulutusta, Kielletyt aineet ja menetelmät -materiaalia sekä KAMU-lääkehakua ja Erkka-erivapauskonetta.
- Järjestänyt viestintäkampanjan Reilun Pelin päivänä 14.4. ja kansainvälisenä korruption vastaisena päivänä 9.12.

- Muistuttanut jäsenistöä Puhtaasti Paras -koulutuksesta 31.8.
- Tiedottanut Reilusti Paras -verkkokoulutuksesta tapausesimerkein kaikissa Ikiliikkuja-lehden numeroissa.

SAUL:lla on:

- Reilun kilpailun ohjelma
- Kilpailumanipulaation tilannekuva
- Kriisiviestintäsuunnitelma, jossa on otettu huomioon myös mahdolliset doping sekä kilpailumanipulaatiotapaukset.
- Henkilöstö suorittanut Puhtaasti Paras ja Reilusti Paras -verkkokoulutukset.
- Verkkosivuilla tietoa antidopingasioista sekä linkit Maailman Antidopingtoimisto WADA:n sekä WMA:n antidopingverkkosivuille sekä SUEKin Kamu, Puhtaasti Paras, Ilmo ja Reilusti Paras -palveluihin.

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, lisenssi- ja kilpailumaksut, yhteistyösopimukset ja myyntimateriaalin tuotot.

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

Tilinpäätös osoitti alijäämää -19 219,83 euroa.

Toimintaympäristön muutokset Suomessa ovat haastaneet liiton taloutta lyhyellä aikavälillä. Liiton toimintaedellytykset ovat kuitenkin edelleen hyvät edellisten tilikausien ylijäämistä ja sitä vahvasta omasta pääomasta johtuen.

Vuonna 2027 järjestetään Masters yleisurheilun EM-kilpailut Jyväskylässä Suomessa, johon on asetettu myös liitolle myönteiset taloudelliset tavoitteet. Vuosi 2022 ja MM-kilpailut Tampereella osoitti, että arvokilpailut vahvistavat myös liiton taloutta. Vuonna 2025 järjestetään Masters EM-maraton, joka on erinomainen ennakkomarkkinointi mahdollisuus vuoden 2027 EM-kilpailuihin. Tapahtuma on myös liiton talouden kannalta myönteinen mahdollisuus.

TOIMISTO JA HENKILÖKUNTA

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

Liiton toimisto tulee muuttamaan Sporttitalon sisällä uusiin toimitiloihin 1.5.2025.