

# Sakur

## Liikunnan kilpailusäännöt 2022-2023



## Sisältö

YLEISSÄÄNNÖT .....	3
Kilpailutoiminta.....	3
HENKILÖSTÖN YLEISSÄÄNNÖT .....	5
HENKILÖSTÖN LAJISÄÄNNÖT .....	6
Kotiratakilpailut (ilma-aseet, keilaus).....	6
Beach volley .....	7
Frisbeegolf .....	7
Golf.....	7
Hiihto .....	8
Keilailu.....	9
Petankki.....	9
Pesäpallo.....	11
Saappaanheitto .....	12
SAKU-lentis .....	13
SAKU-puolimaraton.....	15
Sekalentis .....	15
Sähly .....	16
Yleisurheilu .....	18
OPISKELIJOIDEN YLEISSÄÄNNÖT .....	19
OPISKELIJOIDEN LAJISÄÄNNÖT.....	20
Joukkuepallolajien yleissäännöt.....	20
Beach volley .....	21
Dodgeball.....	21
E-urheilua: Educational Masters Minor -sarja .....	22
Frisbeegolf .....	23
Futsal.....	23
Jalkapallo.....	24
Kaukalopallo.....	25
Keilaus.....	26
Koripallo.....	26
Minigolf.....	27
SAKU-sähly .....	27
Salibandy.....	28
Toistovoimapunnerrus .....	29

# YLEISSÄÄNNÖT

## **Kilpailutoiminta**

1. SAKU ry:n kilpailutoimintaa johtaa ja valvoo liikunnan kilpailutoiminnan kehittämisryhmä, joka myös ratkaisee mahdolliset riitakysymykset.

Liikuntakoordinaattori voi nimetä kilpailutapahtumiin juryn, jolla on kilpailutapahtumissa kehittämisryhmien valtuudet. Juryssä tulee olla ainakin SAKU ry:n, kilpailujen järjestäjän, tuomareiden sekä kilpailijoiden edustaja.

2. Kilpailutoiminnassa noudatetaan lajiliittojen kilpailusuoritukseen liittyviä sääntöjä, mikäli SAKU ry:n lajimääräykset eivät toisin määrää.

3. Kilpailuihin ilmoitaudutaan jäsenyhteisön kautta.

4. Kilpailujen ilmoittautumismaksut laskutetaan jäsenyhteisöiltä ilmoittautumisten mukaisesti. Laskutettuja maksuja ei palauteta. Mahdolliset peruutukset tai luovutukset on ilmoitettava heti liiton toimistoon sekä turnauksen järjestäjälle. Joukkuelajeihin on asetettu peruutusmaksu 200 euroa. Peruutusmaksu peritään, mikäli joukkue peruu osallistumisensa otteluohjelman valmistumisen jälkeen.

5. Vastalause tulee tehdä kirjallisesti. Vastalause toimitetaan kilpailun jurylle tai SAKU ry:n toimistoon. Kilpailun juryn tai SAKU ry:n kehitysryhmän on käsiteltävä vastalause, jos ne on jätetty sääntöjen mukaisesti ja vastalausemaksu (50€) tulee suorittaa mikäli vastalause ei mene läpi.

Vastalause olosuhteista (kilpailukenttä, -välineet yms.) on tehtävä ennen kilpailun alkua. Aloittamalla kilpailun kilpailija hyväksyy olosuhteet ja kilpailua edeltäneet toimenpiteet.

Vastalause kilpailusta tulee tehdä 15 minuutin kuluttua kilpailun / ottelun päättymisestä.

Vastalause väärästä tuloslaskennasta on toimitettava kehittämisryhmälle viimeistään kolmen vuorokauden kuluessa kilpailun päättymisestä.

Vastalauseen voi tehdä ainoastaan tuomareiden, toimitsijoiden tai kilpailijoiden sääntöjen tai kilpailumääräysten vastaisesta toiminnasta, mutta ei tulkintakysymyksistä, jolloin ratkaisu riippuu tuomarin tai toimitsijan harkinnasta.

6. SAKU ry:n hallitus voi antaa jäsenyhteisölle varoituksen, mikäli jäsenyhteisön edustajat eivät toimi kilpailutapahtumissa SAKU-etiketin mukaisesti. Jäsenyhteisön saama varoitus lähetetään aina tiedoksi jäsenyhteisölle.

Mikäli jäsenyhteisön edustajat hallituksen antaman varoituksen jälkeen edelleen toimivat SAKU-etiketin vastaisesti voi hallitus sulkea kyseisen jäsenyhteisön pois SAKU ry:n kilpailutapahtumista määrääjäksi joko osittain tai kokonaan.

Ottelun tuomarilla ja SAKU ry:n edustajalla on oikeus keskeyttää ottelu, mikäli joukkueen / joukkueiden voimankäyttö tai epäasiallinen kielenkäyttö aiheuttavat uhkaavan tilanteen. Tällöin aiheuttaja tuomitaan häviämään kyseinen ottelu kilpailun juryn määräämällä lopputuloksella.

7. Pelaaja, joka saa punaisen kortin, on pelikielossa turnauksessa jäljellä olevien otteluiden ajan. Mikäli pelaajan käyttäytyminen sitä vaatii, ilmoittaa SAKU ry kyseisestä pelaajasta myös lajiliittoon. Jos lajiliitto on rangaissut pelaajaa vähintään viiden ottelun pituisella kilpailukiellolla, koskee rangaistus myös SAKU ry:n sarjoja. Lyhyemmät rangaistukset eivät vaikuta pelaamisoikeuteen.

#### 8. Osallistumisoikeus tyttöjen ja naisten sarjoihin:

Liikunnassa ja urheilussa miehillä on usein fyysinen etu naisiin nähden. Sen vuoksi naisten sarjat ovat ns. suojattuja sarjoja, joihin osallistumisoikeus edellyttää sitä, että henkilö on juridiselta sukupuoleltaan nainen.

SAKU ry:n lajivalikoimassa noudatetaan pääosin näitä juridiseen sukupuoleen perustuvia sarjajakoja. Tyttöjen ja naisten sarjoihin saavat siis osallistua henkilöt, joiden juridinen sukupuoli on nainen.

Tytöt/naiset voivat kilpailla poikien/miesten sarjoissa.

9. Ammattiin opiskelevien mestaruuskilpailuissa ja henkilöstön SAKU ry:n mestaruuskilpailuissa palkitaan kolme parasta joukkuetta/urheilijaa SAKU ry:n mestaruusmitaleilla.

#### 10. SAKU ry:n iso koulumitali jaetaan seuraavien kilpailujen ja sarjojen voittajille:

Opiskelijat:

- Sarjamuotoisesti pelattavien lajien voittajajoukkueille.

Henkilöstö:

- lentopallon M/A- ja N/A-sarjojen sekä sekajoukkueiden A-sarjan voittajajoukkueille.

- golfin joukkuekilpailun voittaneelle joukkueelle

- sählyn A-sarjan voittaneille joukkueille

# HENKILÖSTÖN YLEISSÄÄNNÖT

## 1. Osallistumisoikeus

SAKU ry:n kilpailuihin voivat ottaa osaa jäsenyhteisön henkilöstöön kuuluvat, oppilaitosyhteisössä työskentelevät hyvinvointialueiden työntekijät, jäsenyhteisöstä eläkkeelle jääneet sekä SAKU ry:n henkilöstö. Osallistujan tulee olla kilpailuajankohtana palvelussuhteessa jäsenyhteisöön tai hyvinvointialueeseen (ei koske eläkeläisiä eikä SAKU ry:n henkilöstöä). Virkavapaus ei katkaise palvelussuhdetta. Eläkeläiset edustavat sitä jäsenyhteisöä, josta he ovat jääneet eläkkeelle.

Avointen kilpailujen osallistumisoikeuden määrittää kilpailutoiminnan kehittämisryhmä.

SAKU ry:n kilpailusäännösten osanotto-oikeuden vastainen kilpailija/joukkue tuomitaan kilpailemaan kilpailun ulkopuolella. Tällaista kilpailijaa/joukkuetta ei palkita eikä se voi nousta seuraavalle sarjatasolla. Päätös kilpailijan/joukkueen siirtämisestä kilpailun ulkopuolelle voidaan tehdä ilman vastalausekäsittelyä.

Lentopallossa osallistuja saa pelata vain A-, B- tai C-sarjan joukkueessa, sekä lisäksi osallistuja saa pelata sekasarjassa. Sählyssä osallistuja voi pelata vain yhdessä joukkueessa turnauksen aikana.

## 2. Joukkueiden muodostaminen

Joukkue muodostetaan jäsenyhteisön henkilöstöstä, joka täyttää kohdan *osanotto-oikeus* määräykset.

SAKU-joukkueeseen voi ilmoittautua yksittäiset henkilöt, jotka eivät saa joukkuetta kasaan omasta oppilaitoksesta. SAKU-joukkue saa pelata mitaleista alemmissa sarjoissa ilman nousuoikeutta.

Ottelussa loukkaantunut pelaaja luetaan pelissä olevaksi, vaikka hän ei olekaan kentällä. Sekajoukkuelajeissa naispelaajaa ei saa kuitenkaan korvata miehellä.

## 3. Ikäsarjat

Henkilökohtaisissa lajeissa, joissa käytetään ikäsarjoja (esim. yli 40-, yli 50- ja yli 60-vuotiaat) saa kilpailla henkilö, joka täyttää kilpailuvuonna vähintään sarjaan vaaditun iän. Kilpailija saa kilpailla vain omassa tai yleisessä sarjassa, kuitenkin niin, että saman päivän aikana saa kilpailla yhdessä ikäsarjassa.

# HENKILÖSTÖN LAJISÄÄNNÖT

## *Kotiratakilpailut (ilma-aseet, keilaus)*

### Ilma-aseet

#### 1. Sarjat

Miehet yleinen, 50 ja 60

Naiset yleinen

Joukkuekilpailu (3 ampujaa/joukkue)

#### 2. Lajit

Ilmakivääri

Ilmapistooli

#### 3. Laukausmäärät

Kaikki sarjat 40 laukausta. Pistoolilla 5 laukausta/taulu. Kiväärillä 1 laukaus/täplä.

#### 4. Ampumamatka, ampuma-asento ja -aika

Apumamatka on 10 metriä taulusta ampujaan. Ampuma-asento on pysty ilman tukea.

Ampuma-aika on 1h 15 min. Ampuma-aikaan sisältyy mahdolliset koelaukaukset. Taulut numeroidaan ampumajärjestyksessä.

#### 5. Tulokset

Joukkuekilpailun tulokset lasketaan henkilökohtaisen kilpailun pisteistä.

Kilpailija tulkaa taulut ampumaseuran avustuksella ja toimittaa tulokset SAKU ry:n toimistolle.

Tulokset julkaistaan osoitteessa [www.sakury.net](http://www.sakury.net) ja lähettää mitalit kunkin sarjan kolmelle parhaalle ampujalle.

### Keilaus

#### 1. Pelitapa

Mestaruudet ratkaistaan kahden sarjan tulosten perusteella.

#### 2. Sarjat

4-henkisjoukkue

#### 3. Tasoitukset

Käytettävä tasoitus saadaan Suomen keilailuliiton viimeksi ennen kilpailua noteeraamasta keskiarvotilastosta. Ellei keskiarvotasoitusta ole tai sitä ei löydy, keilaajan keskiarvoksi kirjataan SKL:n kilpailusääntöjen mukaisesti kyseisen luokan ylin keskiarvo. Kotiratakilpailussa ei lasketa veteraanitasoituksia.

## **Beach volley**

### **I. Sarjat**

Kilpasarja naiset (kaksi pelaajaa/joukkue)

Kilpasarja miehet (kaksi pelaajaa/joukkue)

Sekasarja (kaksi pelaajaa/joukkue)

Harrastesarja (2-3 pelaajaa, nais-, mies- tai sekajoukkue, ei kilpasarjalaisille)

### **2. Pelisäännöt**

A) Turnaus pelataan kahdesta (2) voittoerästä.

B) Erät pelataan 21 pisteeseen asti. Erävoittoon vaaditaan kahden (2) pisteen ero.

C) Kenttäpuolia vaihdetaan 7 pisteen välein.

D) Erätilanteessa 1–1 pelataan kolmas erä 15 pisteeseen.

E) Palloa ei saa lyödä sormilyönnillä verkon yli.

F) Kilpa- ja sekarjassa ensimmäisen ja viimeisen kosketuksen tulee olla kova. Harrastesarjassa viimeisen kosketuksen on oltava kova.

G) Verkon korkeus 224 cm naisten sarjassa ja muissa sarjoissa 243 cm.

H) Ottelun voitosta saa 2 sarjapistettä. Hävinnyt joukkue saa 0 sarjapistettä. Tasapisteissä joukkueiden järjestyksen ratkaisee:

1. keskinäisen ottelun/keskinäisten otteluiden sarjapisteet

2. keskinäisten otteluiden eräsuhde

3. keskinäisten otteluiden eräpistesuhde

4. kaikkien otteluiden eräsuhde

5. kaikkien otteluiden eräpistesuhde

6. arpa

## **Frisbeegolf**

### **I. Sarjat**

Henkilökohtainen: naiset ja miehet.

Joukkuekilpailu: naiset ja miehet (2 heittäjää).

## **Golf**

### **I. Sarjat**

Henkilökohtainen pistebogey (pb)

SAKU mestari = Lyöntipeli (scr): naiset ja miehet

Joukkuekilpailu

### **2. Pelitapa**

Henkilökohtainen kilpailu

Pistebogey- ja scr lyöntipeli- kilpailu pelataan 18 r. kilpailuna.

Joukkuekilpailu

Pelataan 4 hengen Shamble. Joukkueen jokainen jäsen lyö avauksen, minkä jälkeen valitaan pallo, jolta jatketaan - siitä jokainen pelaaja jatkaa oman pallonsa reikään saakka. Valittua palloa jatkaa ensimmäisenä sen lyönyt joukkueen jäsen.

Muut joukkueen jäsenet jatkavat seuraavasti:

- Väylällä pallo asetetaan enintään yhden mailanmitan päähän valitun pallon kohdasta.
- Karheikossa pallo pudotetaan enintään yhden mailanmitan päähän valitun pallon kohdasta. Pudotuksen jälkeen pallon on jäätävä karheikkoon.
- Hiekkaesteessä pallo asetetaan enintään yhden mailanmitan päähän valitun pallon kohdasta.
- Viheriöllä pallo asetetaan samaan paikkaan.

Joukkueen tulokseksi tulee kaksi parasta henkilökohtaista pistebogey-tulosta reikää kohden. Pisteitä ei tarvitse itse laskea, vaan mobiiliin/ tulokorttiin merkitään reikäkohtainen lyöntipelitulos kunkin pelaajaan omaan tulokorttiin.

Jokaisen joukkueen jäsenen avausta on jatkettava vähintään kolme kertaa. Valituista avauksista pidetään omaa joukkueen sisäistä kirjanpitoa. Mikäli hole in one valitaan joukkueen avaukseksi, merkitään kunkin pelaajan kohdalle tulokseksi 1.

### **3. Tasoitukset**

Henkilökohtainen kilpailu

Ei tasoitusrajaa, mutta korkein tuloslaskennassa huomioitava tasoitus on 36 + kentän vaikeuskerroin (=slope).

Joukkuekilpailu

4 hengen Shamble. Jokainen joukkueen jäsen pelaa omalla tasoituksellaan (maksimitasoitus 36).

### **4. Tasatulos**

Kahden tai useamman kilpailijan tai joukkueen päätyessä samaan tulokseen on parempi kilpailija/joukkue se, jolla on pienempi tasoitus. Jos tasoitukset ovat samat, verrataan ensin viimeisen kolmen reiän tulosta. Jos tulos on edelleen tasan, verrataan viimeisen kuuden reiän tulosta ja sen jälkeen aina kolmen reiän tuloksia taaksepäin.

## **Hiihto**

### **1. Sarjat**

Henkilökohtainen kilpailu:

kunto naiset

kilpa naiset

kunto miehet

kilpa miehet

Retkihiihto (ei ajanottoa)

Kilpahiihto

### **2. Matkat**

Matkat määräytyvät aina vuosittain kisajärjestäjän latuverkoston mukaisesti.

### **3. Lähdöt**

Lähdöt non-stop lähdöillä. Mahdollistaa useampaan lajiin osallistumisen.



## **Keilailu**

### **1. Pelitapa**

Mestaruudet ratkaistaan kuuden sarjan tulosten perusteella.

### **2. Sarjat**

- A) Miehet kilpasarja: keilaajat, jotka ovat tai ovat joskus olleet rekisteröityjä pelaajia.
- B) Miehet harrastesarja: keilaajat, jotka eivät ole koskaan olleet rekisteröityjä keilaajia.
- C) Naisten kilpasarja: keilaajat, jotka ovat tai ovat joskus olleet rekisteröityjä pelaajia.
- D) Naisten harrastesarja: keilaajat, jotka eivät ole koskaan olleet rekisteröityjä keilaajia.
- E) Parijoukkue miehet/seka.
- F) Parijoukkue naiset.
- G) SAKU ry:n mestari: Kaikki keilaajat ovat mukana SAKU ry:n mestari -kilpailussa. SAKU ry:n mestari on keilaaja, joka keilaa ilman tasoitusta parhaan tuloksen. Mestari palkitaan SAKU ry:n mestaruusmitalilla. Muita mitaleja ei jaeta.
- H) SAKU ry:n veteraanimestari. Ei palkita, mikäli veteraanimestari on sama kuin SAKU ry:n mestari.

### **3. Tasoitukset**

A-, B-, C-, E- ja F-sarjoissa käytetään tasoituksena voimassa olevia keskiarvotasoituksia. Käytettävä tasoitus saadaan Suomen keilailuliiton viimeksi ennen kilpailua noteeraamasta keskiarvotilastosta.

Aikaisemmin rekisteröidyn mutta sen jälkeen rekisteröimättömänä keilaavan luokaksi merkitään se luokka, joka hänellä oli ennen lopettamista. Hänen keskiarvokseen kirjataan SKL:n tai paikallisliiton viimeksi noteeraama keskiarvo. Ellei keskiarvotasoitusta ole tai sitä ei löydy, keilaajan keskiarvoksi kirjataan SKL:n kilpailusääntöjen mukaisesti kyseisen luokan ylin keskiarvo. Harrastesarjoissa ei käytetä tasoituksia.

H-kohdassa (veteraanimestari) käytetään ikätasoitusta. Tasoitus piste/sarja/vuosi siten, että kilpailuvuonna 60 vuotta täyttävän ikätasoitus on 0 pistettä, 61-vuotiaan 1 piste/sarja jne. Tulokseen ei lisätä muita tasoituksia.

## **Petankki**

### **1. Sarjat**

3-henkinen joukkue, joka voi olla nais-, mies- tai sekajoukkue. Joukkueeseen voi nimetä maksimissaan 4 pelaajaa.

### **2. Pelitapa**

Pelissä on kaksi 3-henkistä joukkuetta vastakkain. Trippelijoukkueissa on kolme pelaajaa, 2 kuulaa / pelaaja. Pelitapana käytetään sarjaa ja jatkocupia. Ensimmäisenä kisapäivänä pelataan alkusarjat ja toisena päivänä loppusarjat. Joukkueen pelit voivat päättyä jo ensimmäisen päivän jälkeen.

### **3. Pelivälineet**

Metalliset kuulat, joiden läpimitta on 70,5–80 mm ja paino 650–800 g. Puinen maalipallo (snadi), jonka halkaisija on 25–35 mm.

#### 4. Kenttä

Pelialusta voi olla millainen tahansa, suositeltavin on melko tasainen hiekkakenttä, kooltaan vähintään 3 x 12 metriä.

#### 5. Pelinkulku

Aloittava joukkue valitaan arvalla, minkä jälkeen aloittaja piirtää aloituskohtaan hiekkään ympyrän (halkaisijaltaan 35–50 cm) ja heittää snadin 6–10 metrin päähän ympyrästä. Snadin on jäätävä vähintään yhden metrin päähän kaikenlaisista esteistä.

Seuraavaksi aloittajajoukkue heittää ensimmäisen kuulansa yrittäen saada sen mahdollisimman lähelle snadia. Kuula saa myös osua snadiin ja jopa siirtää sen eri paikkaan. Heittäjän on seisottava ympyrän sisällä molemmat jalat maassa, kunnes kuula on kosketanut maata.

Seuraavaksi heittää vastapuolen joukkueen joku pelaaja yrittäen saada oman kuulansa lähemmäksi snadia kuin vastustajan kuula. Kuulat saavat osua toisiinsa, joten heittäjä voi myös "kilkata" tai "ampua" vastapuolen kuulaa kauemmaksi snadista. Joukkue heittää niin kauan, kunnes saa oman kuulansa lähemmäksi snadia kuin vastustajan lähin kuula. Heittovuoro on siis aina sillä joukkueella, kumman kuula on kauempana snadista.

Kun toisen joukkueen kaikki kuulat on käytetty, heittää vastustaja jäljellä olevat kuulansa. Pelialueen reunaan osuneet ja ulkopuolelle menneet kuulat ovat "kuolleita" eli pois pelistä. Jos snadi kuolee ja vain toisella joukkueella on kuulia heittämättä, saa joukkue yhtä monta pistettä kuin kuulia on jäljellä, muutoin kierros hylätään.

Kun kaikki kuulat on heitetty, lasketaan pisteet. Pisteet saa joukkue, jonka kuula on lähimpänä snadia. Joukkue saa niin monta pistettä, kuin heidän kuuliaan on lähimpänä snadia. Pisteet saanut joukkue aloittaa seuraavan heittokierroksen siltä paikalta, mihin edellinen kierros päättyi. Alkusarjat pelataan 10 pisteeseen tai kun 30 minuuttia tulee täyteen. Loppusarjoissa peli jatkuu niin kauan, kunnes toinen joukkue saa 13 pistettä ja voittaa pelin.

**Esimerkkipeli:** Snadia lähimpänä on sinisen joukkueen kaksi kuula. Vihreän joukkueen lähin kuula on vasta kolmantena. Täten sininen joukkue saa kaksi pistettä, vihreä ei yhtään.



## **Pesäpallo**

### **1. Sarjat**

Sekajoukkue

### **2. Pelaajamäärä**

Pelaajamäärä 9-12 pelaajaa. Pelaavassa kokoonpanossa tulee olla aina vähintään kolme (3) naispelaajaa. Superpesiksen pelaajilla ei ole pelaamisoikeutta. Lukkarina ei saa toimia pelaaja, jolla on pesäpallotaustaa.

### **3. Välineet**

Joukkueilla tulee olla omat pelivälineet.

Kypärän käyttö on pakollista.

Pelit pelataan naisten rajoilla ja naisten pallolla.

### **4. Pelitapa**

Peliaika on 40 min. Tasavuorot (45min. 1 peli). Ulko- ja sisävuorot päätetään etukäteen.

Sisävuorossa kaikki käyvät lyömässä kerran, jonka jälkeen automaattisesti tulee vuoronvaihto.

### **5. Palot**

Pesille juoksuista poltetaan, palosta juoksija joutuu pois kentältä (paloja ei kuitenkaan lasketa).

Kopista etenijä haavoittuu ja joutuu pois kentältä.

### **6. Voittaja**

Se joukkue, jolla on enemmän juoksujia, pääsee jatkoon. Jos peli on tasan vuorojen jälkeen, pelataan kotiutuslyöntikilpailu kolmella parilla; kolme juoksijaa ja kolme lyöjää. Juoksijat menevät jonoon kolmospesälle ja jokaisella lyöjällä on kolme lyöntiyritystä aikaa saada oma juoksija kotiin. Jos juoksija palaa lyöntiyritysten aikana, on seuraavan parin vuoro.

### **7. Pisteet**

Suorasta voitosta joukkue saa kolme (3) pistettä. Kotiutuslyöntikisan voittaja saa yhden (1) pisteen.

Lohkon voittajat pääsevät finaaliin ja toiseksi sijoittuneet pronssipeliin. Jos joukkueet ovat alkupelien jälkeen tasoissa, voittaja lasketaan alkulohkoissa kerätyistä juoksuista (ei kotiutuslyöntikilpailun juoksujia).

## **Saappaanheitto**

### **1. Sarjat**

Naiset ja miehet: yleinen, yli 40-, yli 50- ja yli 60-vuotiaat.

### **2. Heittoväline**

Naisten sarjassa virallinen heittoväline on 38-numeroinen ja miesten sarjassa 43-numeroinen oikean tai vasemman jalan kumisaapas, josta varren suurempi on poistettu.

### **3. Heittotyyli**

Heittotyyli ja tartuntaote saappaaseen on vapaa, mutta saappaan tulee olla heiton alussa ja ilmalennon aikana varsi suorana. Vartta ei esimerkiksi saa kääntää rullalle.

### **4. Apuvälineet**

Paljaalla kädellä heitettäessä käteen voidaan pidon parantamiseksi laittaa urheilussa yleisesti käytettyjä pitoaineita. Heittokädessä sää käyttää puhdasta käsinettä. Käsineen ulkopinnalle ei saa laittaa pitoaineita eikä teippiä.

### **5. Hyväksytty heitto**

Heitto hyväksytään, jos saapas putoaa sektoriviivalle tai viivojen sisäpuolelle. Jokainen heitto on mitattava saappaan tekemästä lähimmästä maahantulojäljestä mittauspisteeseen. Heitto on mitätön, jos heittäjä millään ruumiinosalla koskettaa heittoviivaa tai astuu yli.

### **6. Heittojen määrä**

Jokaisella kilpailijalla on käytössä neljä heittoa. Kaksi saapasta heitetään peräkkäin, joista pidempi heitto mitataan.

## **SAKU-lentis**

### **1. Joukkueiden muodostaminen**

SAKU ry:n henkilöstön yleissääntöjen kohdan 1. osanotto-oikeuden mukaisesti. Lisäksi alimpiin sarjoihin (miehet C, naiset B ja C, M50/B ja M50/C sekä M58/B) voi muodostaa joukkueen eri omistajayhteisöjen pelaajista. Tällainen joukkue ei voi nousta eikä pelata A-sarjassa.

### **2. Sarjat**

2.1. Miesten A-, B\*- ja C-sarja (verkon korkeus 243 cm)

Miesten yli 50 v. A-, B- ja C-sarja ”

Miesten yli 58 v. A- ja B-sarja ”

Naisten A-, B- ja C-sarja (verkon korkeus 224 cm)

\*Miesten B-sarja pelataan kahdessa lohossa.

2.2. Sarjojen lohkoissa pelaa yleensä enintään kuusi joukkuetta, paitsi alimmissa sarjoissa (M/C, M50/C, M58/B, N/C ja S/C), joihin joukkueet pääsevät ilmoittautumalla. Mikäli alimpiin sarjoihin ilmoittautuu kolme joukkuetta tai vähemmän, nämä pelaavat seuraavassa ylemmässä sarjassa.

2.3. A-sarjoissa sijoille viisi ja kuusi tulleet joukkueet putoavat seuraavana vuonna pelattaviin B-sarjoihin.

2.4. Miesten C-sarjan neljä parasta joukkuetta nousevat seuraavana vuonna pelattavaan miesten B-sarjaan. Muiden C-sarjojen kaksi parasta joukkuetta nousevat B-sarjoihin.

2.5. B-sarjoissa sijoille yksi ja kaksi tulleet joukkueet nousevat seuraavana vuonna pelattaviin A-sarjoihin. Miesten B-sarjan lohkoissa sijoille viisi ja kuusi tulleet joukkueet putoavat miesten C-sarjaan. Muissa B-sarjoissa sijoille viisi ja kuusi tulleet joukkueet putoavat seuraavana vuonna pelattaviin C-sarjoihin.

2.6. Joukkue voi luopua nousuoikeudestaan ilmoittamalla siitä viimeistään ilmoittautumisen yhteydessä.

2.7. Jos sarjaan ilmoittautunut joukkue jää pois kilpailuista, se menettää sarjapaikkansa ja joutuu aloittamaan alimmasta sarjasta.

2.8. Mikäli sarjojen lohkot jäävät vajaalukuisiksi poisjäämisten vuoksi, ne täydennetään seuraavassa järjestyksessä:

- kyseisestä sarjasta pudonneista joukkueista parempi
- kyseisestä sarjasta pudonneista joukkueista huonompi
- alemmissa sarjoissa lähimmäksi nousijoita sijoittuneet joukkueet.

### **3. Joukkueen koko**

Kentällä on oltava vähintään viisi pelaajaa/joukkue. Miesten A-sarjassa turnaus tulee kuitenkin aloittaa kuudella pelaajalla. Loukkaantumisen sattuessa kilpailun juryn päätöksellä säännöstä voidaan poiketa.

### **4. Pistelasku ja ottelun lopputulos**

4.1. Alkusarjan pelit pelataan kahden erän peleinä, paitsi yksinkertaisessa sarjassa ottelut pelataan kahdesta voittoerästä. Jatko-ottelut pelataan kahden voittoerän peleinä 25 pisteeseen juoksevilla pistelaskulla. Erävoittojen ollessa tasan 1-1, pelataan kolmas erä 15 pisteeseen. Erävoittoon vaaditaan kahden pisteen ero.

4.2. Kilpailun järjestäjällä on tarvittaessa oikeus antaa kohdasta 4.1. poikkeavia määräyksiä.

4.3. Mikäli alkusarjan ottelu päättyy tilanteeseen 1-1, molemmat joukkueet saavat yhden pisteen. Jatko-ottelun voittaja on joukkue, joka ensiksi voittaa kaksi erää (2-0 tai 2-1). Voittaja saa kaksi ja häviöjä nolla pistettä.

## **5. Liberon käyttö ja pelaajavaihdot**

Joukkueen seitsemäs pelaaja voi toimia liberona. Liberolla täytyy olla selkeästi muusta joukkueesta erottuva pelipaita. Mikäli liberoa käyttävän joukkueen pelaaja loukkaantuu, voidaan libero ottaa loukkaantuneen tilalle.

Pelaajavaihdossa ei rajoituksia.

## **6. Pelaaminen ja sarjajärjestys**

6.1. Joukkueen sijoittuminen sarjassa/lohkossa määräytyy sen saavuttaman pistemäärän mukaan. Eniten pisteitä saavuttanut on voittaja.

6.2. Tasapisteiden sattuessa järjestyksen määrää sarjassa saavutettujen ja menetettyjen erien erotus siten, että paremman erotuksen omaava joukkue sijoittuu edelle. Jos erien erotukset ovat samat, ratkaisee samalla tavalla eräpisteiden erotus. Jos sekin on sama, määräytyy sijoitus samassa järjestyksessä keskinäisen tai keskinäisten otteluiden tuloksen mukaan. Ellei näinkään saada sijoitusta selville, ratkaisee arpa.

## **7. Myöhästyminen ja kisoista poisjäänti**

Joukkueen, joka ilman pätevää syytä jää saapumatta otteluun tai myöhästyy siitä viisitoista minuuttia, katsotaan luovuttaneen ottelun ja merkitään hävinneeksi ottelu 0-2 (0-25, 0-25). Päätöksen luovutuksesta tekee ottelun tuomari.

Jos joukkue luovuttaa kesken turnauksen, niin kaikki pelatut pelit tuomitaan hävityksi 0-2.

## **8. Sääntöjen vastainen joukkue**

Ne joukkueen ottelut, joissa joukkue on ollut sääntöjen vastainen, tuomitaan hävityksi tuloksella 0-2 (0-25, 0-25).

## **9. SAKUjoukkue**

Ne henkilöt jotka eivät saa kokonaista joukkuetta kasaan, niin he voivat ilmoittautua mukaan keräilyjoukkueeseen. SAKUjoukkueella on oikeus pelata C-sarjoissa ja taistella mitaleista, mutta nousuoikeutta ylempiin sarjoihin joukkueella ei ole.

## **10. Otteluaikataulun tiivistäminen**

Joukkueet voivat tiivistää aikataulua pelaamalla otteluja etukäteen. Tiivistämisestä tulee sopia vastustajan sekä ottelun tuomarin kanssa. Ottelunsa aiemmin pelanneiden joukkueiden tulee huolehtia siitä, että aikataulumuutoksesta menee tieto niille joukkueille, joiden aikatauluun muutos vaikuttaa. (Esim. joukkueiden, jotka pelaavat ensimmäisen pelipäivän iltana toisen päivän ensimmäisen ottelun, pitää tiedottaa muutoksesta joukkueille, jotka pelaavat toisen päivän toisen ja kolmannen ottelun.) Tiivistämisessä etuoikeus on otteluohjelmassa samalle päivälle merkityillä otteluilla.

## **SAKU-puolimaraton**

SAKU ry:n sarja juostaan Helsinki City Runin yhteydessä.

### **1. Sarjat**

Miehet ja naiset: yleinen, 40, 50, 60

### **2. Ilmoittautuminen**

Osallistujien tulee ilmoittautua SAKU ry:n kautta puolimaratonille.

### **3. Tulokset ja palkinnot**

SAKU ry:n juoksijoiden tulokset kerätään järjestäjän (HCR) tulospalvelujärjestelmästä ja ne julkaistaan SAKU ry:n nettisivuilla. Palkinnot postitetaan sarjojen kolmelle parhaalle juoksijalle.

## **Sekalentis**

### **1. Sarjat**

Sekajoukkueiden A-, B- ja C-sarja

Joukkue voi luopua nousuoikeudestaan ilmoittamalla siitä viimeistään ilmoittautumisen yhteydessä.

Jos sarjaan ilmoittautunut joukkue jää pois kilpailuista, se menettää sarjapaikkansa ja joutuu aloittamaan alimmasta sarjasta.

Mikäli sarjojen lohkot jäävät vajaalukuisiksi poisjäämisten vuoksi, ne täydennetään seuraavassa järjestyksessä:

- kyseisestä sarjasta pudonneista joukkueista parempi
- kyseisestä sarjasta pudonneista joukkueista huonompi
- alemmissa sarjoissa lähimmäksi nousijoita sijoittuneet joukkueet.

### **2. Joukkueen koko**

Kentällä on oltava vähintään viisi pelaajaa/joukkue, joista vähintään kolmen on oltava naisia ja yhden mies. Loukkaantumisen sattuessa kilpailun juryn päätöksellä säännöstä voidaan poiketa.

### **3. Pelaaminen sekajoukkueiden sarjoissa**

Ottelut pelataan noudattaen voimassa olevia Suomen lentopalloliiton sääntöjä ja kilpailumääräyksiä seuraavin täsmennyksin:

- verkon korkeus on 243 cm
- miehet eivät saa lyödä palloa hypystä
- miehet eivät saa torjua naista (miehet saavat torjua toisen miehen peippiä tai jujutusta)
- peipin ja jujun saa tehdä jalat irti maasta
- virhekosketukseksi lasketaan, jos pallon saattaa painamalla verkon yli kenttään tai jos sormilyönnissä on viive/pumppausliike
- miesten on syötettävä alakautta
- miehet kahdella kädellä yli alle 3 metrin rajasta
- pelaajavaihdoissa ei rajoituksia

SAKU-lentiksen sääntökohdat 4.-10. pätevät myös Sekalentiksessä.

## Sähly

### I. Sarjat

I.1 Miehet A- ja B-sarja sekä sekasarja A- ja B-sarja.

I.2 A-sarjassa pelaa enintään kuusi (6) joukkuetta. Mikäli B-sarjaan ilmoittautuu kolme (3) joukkuetta tai vähemmän, nämä pelaavat A-sarjassa.

I.3 A-sarjassa sijoille viisi ja kuusi tulleet joukkueet putoavat seuraavana vuonna pelattavaan B-sarjaan. B-sarjan sijoille yksi ja kaksi tulleet joukkueet nousevat seuraavana vuonna pelattavaan A-sarjaan.

I.4 Joukkue voi luopua nousuoikeudestaan ilmoittamalla siitä viimeistään ilmoittautumisen yhteydessä.

I.5 Jos sarjaan ilmoittautunut joukkue jää pois kilpailusta, se menettää sarjapaikkansa ja joutuu aloittamaan alimmasta sarjasta.

I.6 Mikäli A-sarja jää vajaalukuseksi poisjäämisten vuoksi, täydennetään se seuraavassa järjestyksessä:

- kyseisestä sarjasta pudonneista joukkueista parempi
- kyseisestä sarjasta pudonneista joukkueista huonompi
- alemmassa sarjassa lähimmäksi nousijoita sijoittuneet joukkueet
- jos A- ja B- sarja pelataan yhdistettynä jatkaa A-sarjassa seuraavana vuonna kuusi (6) parasta joukkuetta.

I.7 Pelaajalla on oikeus pelata yhdessä sarjassa turnausviikonloppuna.

### 2. Säännöt

2.1. Peliakasuositus on 2 x 15 min. Myös muut peliajat ovat mahdollisia. Peli aika ei ole tehokasta, vaan aika juoksee koko ajan lukuun ottamatta erätaukoja ja erotuomarin päättämiä kellon pysäytyksiä.

2.2. Pelialue on käytettävissä oleva liikuntatila (Kentän kokosuositus: leveys 18 metriä ja pituus 20–23 metriä). Jos pallo menee paikkaan missä sitä on mahdoton pelata, peliä jatketaan sisäänlyönnillä. Myös salibandykaukaloa on mahdollista käyttää. Maalin suosituskoko: 90 x 60 cm (leveys x korkeus). Maalin edessä on puolikaaren muotoinen maalialue, jonka säde on 1,5 m.

2.3. Maalivahtia ei ole. Kaikki pelaajat ovat kenttäpelaajia. Kerrallaan kentällä voi olla neljä pelaajaa / joukkue. Pelaajien lukumäärä tulee kuitenkin mukauttaa kentän koon mukaan. Vähimmäismäärä on kolme pelaajaa / joukkue. Sekasarjassa kentällä on oltava koko ajan vähintään kaksi naista ja yksi mies. Jäähyllyllä oleva pelaaja luetaan kenttäpelaajaksi. Joukkueen maksimikoko on 12 pelaajaa.

2.4. Pelaaja ei saa koskettaa millään kehonsa osalla maalialuetta. Maalialueen yli voi kuitenkin astua tai hypätä. Maalialueella saa pelata mailalla.

2.6. Hyökkääjäpelaajan maalialuerikkomuksesta tuomitaan vapaalyönti ja puolustuspelaajan maalialuerikkomuksesta on seurauksena rangaistuslyönti.



Jos maalintekotilanteessa puolustava joukkue tekee sääntörikkeen, jonka tarkoituksena on estää maali, on seurauksena rangaistuslyönti.

Rangaistuslyönti suoritetaan keskipisteestä suoraan tyhjään maaliin. Mikäli kenttä on kokosuositusta pienempi, voidaan ennen ottelun alkua sopia myös toinen rangaistuslyöntipiste.

2.6. Vapaalyönti ja sisäänlyönti voivat mennä suoraan maaliin.

2.7. Hyväksytyn maalin jälkeen peli jatkuu keskipisteestä kiista-aloituksella.

2.8. Sählyn joukkuerangaistus on kahden minuutin jäähy. Punaisen kortin saanut pelaaja suljetaan pois kaikista turnauksen jäljellä olevista peleistä.

2.9. Otteluissa, jotka eivät voi päättyä tasan, pelataan 5 minuutin jatkoaika. Jatkoajalla ensimmäisen maalin tehnyt joukkue voittaa ottelun. Mikäli peli on jatkoajan jälkeen edelleen tasan, ratkaistaan voittaja rangaistuslaukauskilpailulla. Rangaistuslaukauskilpailuun joukkue nimeää kolme (3) laukaisijaa. Sekasarjassa rangaistuslaukauksen ampujina on oltava vähintään yksi mies ja yksi nainen. Mikäli rangaistuslaukauskilpailussa ei synny ratkaisua kaikkien ennakkoon nimettyjen laukaisijoiden suoritettua oman laukauksensa, jatkavat samat laukaisijat rangaistuslaukauskilpailua laukaisukierros kerrallaan.

### **3. Järjestys sarjassa**

Tasapisteissä joukkueiden paremmuuden määräävät järjestyksessä:

- 1) keskinäisissä otteluissa saavutetut pisteet
- 2) keskinäisten otteluiden maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 3) keskinäisissä otteluissa tehdyt maalit
- 4) koko sarjan maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 5) koko sarjassa tehdyt maalit
- 6) arpa.

## **Yleisurheilu**

### **1. Sarjat**

Naiset ja miehet: yleinen, yli 40-, yli 50- ja yli 60-vuotiaat.

### **2. Kilpailulajit**

Naiset: 100 m, 800 m, SAKU-cooper, korkeus, painonheitto, pituus, kuula, kiekko ja keihäs

Miehet: 100 m, 800 m, SAKU-cooper, korkeus, painonheitto, pituus, kuula, kiekko ja keihäs

### **3. Välineiden painot**

	KUULA	KIEKKO	KEIHÄS	PAINONHEITTO
Naiset	3000 g	1000 g	600 g	9,08 kg
M yl.–50	5000 g	1500 g	800 g	11,34 kg
M 60	4000 g	1000 g	600 g	9,08 kg

### **4. Suoritukset**

Kenttälajeissa (keihäs, kiekko, kuula, painonheitto ja pituus) on neljä suoritusta/kilpailija.

Keihäänheitossa mittaukset suoritetaan liiton sääntöjen mukaisesti. Mikäli yksikään heitto neljästä ei onnistu sääntöjen mukaisesti, sallitaan viides heitto ja se mitataan.

### **5. Maastajuoksumatkat**

Miehet noin 5km ja naiset noin 4 km.

# OPISKELIJOIDEN YLEISSÄÄNNÖT

## 1. Osallistumisoikeus

Kilpailuihin voivat ottaa osaa kaikki SAKU ry:n jäsenyhteisöjen kirjoilla olevat ammatillisen koulutuksen opiskelijat. Opiskelijan tulee suoritusajankohtana olla opiskelijarekisterissä läsnä olevaksi merkittynä.

Alkusarjoissa mukana olleet pelaajat voivat osallistua kevään lopputurnaukseen, vaikka olisivat jo valmistuneet.

Avointen kilpailujen osallistumisoikeuden määrittää liikunnan kilpailutoiminnan kehittämisryhmä.

SAKU ry:n kilpailusäännösten osanotto-oikeuden vastainen kilpailija/joukkue tuomitaan kilpailemaan kilpailun ulkopuolella. Tällaista kilpailijaa/joukkuetta ei palkita eikä se voi nousta seuraavalle sarjatasolle. Päätös kilpailijan/joukkueen siirtämisestä kilpailun ulkopuolelle voidaan tehdä ilman vastalausekäsittelyä.

Osallistuja saa pelata samassa sarjassa vain yhdessä joukkueessa.

Joukkuelajeihin on asetettu peruutusmaksu 200 euroa. Peruutusmaksu peritään, mikäli joukkue peruu osallistumisensa otteluohjelman valmistumisen jälkeen.

## 2. Joukkueiden muodostaminen

Joukkue muodostetaan jäsenyhteisön opiskelijoista, jotka täyttävät kohdan *osanotto-oikeus* määräykset.

## 3. Huoltaja

Opiskelijoiden kilpailujoukkueen huoltajana tulee olla jäsenyhteisön nimeämä henkilö. Huoltajan tehtävänä on valvoa mm. sitä, että jäsenyhteisön edustajat käyttäytyvät SAKU-etiketin mukaisesti.

# OPISKELIJOIDEN LAJISÄÄNNÖT

## *Joukkuepalloilulajien yleissäännöt*

Palloilusarjojen turnauksissa pelit voivat päättyä tasatulokseen. Lopputuloksissa tasapisteissä olevien joukkueiden erot ratkaistaan kunkin lajiliiton ohjeiden/sääntöjen mukaan.

Joukkueenjohtajien yhteisellä päätöksellä turnauksessa voidaan poiketa peliaikasuosituksesta.

Jokaisella joukkuepelaajalla tulee olla numeroitu pelipaita. Joukkueen huoltajan tulee ennen ottelun alkamista toimittaa pelaajaluettelo kisajärjestäjälle, josta käy ilmi pelaajien numerot ja nimet. Pelaajaluetteloa ei voi muuttaa kesken turnauksen. Jos muutoksia kuitenkin tehdään, niin joukkue hylätään.

Jokaisella joukkueella tulee olla oppilaitoksen henkilöstöön kuuluva huoltaja mukana turnauksessa. Jos turnaukseen saavutaan kahdella joukkueella, niin silloin huoltajia pitää olla kaksi.

Pöytäkirjat tulee kuitata joukkueen kapteenin allekirjoituksella välittömästi pelin päätyttyä. Pöytäkirjat tulee säilyttää virallisten tulosten selviämiseen asti.

Palloilusarjojen peleissä tulee olla kaksi tuomaria. Poikkeuksena jalkapallon lopputurnaus, jossa tulee olla kolme tuomaria.

Punaisen kortin saanut pelaaja suljetaan pois kaikista sarjan ja/tai turnauksen jäljellä olevista peleistä.

Punaisesta kortista seuraa myös joukkuerangaistus. Joukkuerangaistuksen pituus on joko kahden (2) tai viiden (5) minuutin jäähy. Kahden (2) minuutin jäähy on voimassa futsalissa ja SAKU-sählyssä, ja viiden (5) minuutin jäähy salibandyssä, erkkasäbässä ja kaukalopallossa. Joukkuerangaistuksen aikana joukkuetta ei voi täydentää vastustajan tehtyä maalin vaan koko jäähy aika pelataan vajaalla kokoonpanolla.

Sarjamuotoisesti pelattavissa turnauksissa vastalause tulee tehdä seuraavalla tavalla:

Tapahtumahetken jälkeen ensimmäisellä pelikatolla joukkueen kapteeni ilmoittaa tapahtumasta tuomarille. Tuomarin on tällöin selitettävä päätöksensä. Jos joukkue ottelun päätyttyä edelleen katsoo tapahtuneen loukanneen etujaan, on joukkueen kapteenin tai huoltajan tehtävä 5 minuutin kuluessa merkintä vastalauseen jättämisestä pöytäkirjan kääntöpuolelle. Tuomarin tulee vahvistaa asia nimikirjoituksellaan. Ilman tapahtumahetkellä tuomareille tehtyä ilmoitusta ja näitä merkintöjä vastalauseetta ei käsitellä. Vastalausemaksu (50 €) tulee suorittaa SAKU ry:n tilille viimeistään kolmen vuorokauden kuluessa ottelun päättymisestä. Vastalausemaksu palautetaan, mikäli vastalause hyväksytään.

## **Beach volley**

### **1. Sarjat**

Harraste tytöt  
Harraste pojat  
Kilpa tytöt  
Kilpa pojat  
Seka

### **2. Sarjan valinta**

Kilpasarja on tarkoitettu pelaajille, jotka pelaavat tai ovat pelanneet aktiivisesti lentopalloa/beach volleytä. Harrastesarja on aloittelijoille ja pelaajille, joilla ei ole aiempaa kokemusta kilpailuista.

### **3. Pelaajien määrä**

Harrastesarjoissa voi olla kolme pelaajaa. Kilpa- ja sekasarjoissa kaksi pelaajaa.

### **2. Pistelasku ja ottelun lopputulos**

- A) Turnaus pelataan kahdesta (2) voittoerästä.
- B) Erät pelataan 21 pisteeseen asti. Erävoittoon vaaditaan kahden (2) pisteen ero.
- C) Kenttäpuolia vaihdetaan 7 pisteen välein.
- D) Erätilanteessa 1–1 pelataan kolmas erä 15 pisteeseen.
- E) Palloa ei saa lyödä sormilyönnillä verkon yli.
- F) Tyttöjen ja poikien sarjassa ensimmäisen ja viimeisen kosketuksen tulee olla kova. Harrastesarjassa viimeisen kosketuksen on oltava kova.
- G) Voitosta saa 2 pistettä ja häviöstä 0 pistettä.

### **3. Verkon korkeus**

Pojat kilpa ja harraste sekä Sekasarja: 243cm  
Tytöt kilpa ja harraste: 224cm

## **Dodgeball**

### **1. Joukkue**

Sekajoukkue (4-8 pelaajaa)

### **2. Pelikenttä**

Pelikentän koko on noin 9 x 15 metriä.

### **3. Pelipallo**

Käytetään järjestäjän pelipalloja. Pelipallot ovat Suomen polttopalloliiton virallisia pelipalloja.

### **4. Pelin idea**

Pelin tarkoituksena on poistaa kaikki vastustajan pelaajat. Tämä onnistuu seuraavin keinoin:

- 1. Osumalla pallolla vastustajan pelaajaan. Osuman saanut pelaaja joutuu heti poistumaan kentältä.
- 2. Palloon on kuitenkin osuttava vastustajaan ennen kuin se koskettaa maata, takaseinää tms.
- 3. Saamalla kopin vastustajan pelaaja joutuu ulos. Tällöin myös oma palanut pelaaja pääsee takaisin peliin.
- 4. Pelaaja voi suojata pallolla vartalooaan osumilta.

## 5. Rajat

Pelin aikana kaikkien pelaajien tulee pysyä määriteltyjen rajojen sisäpuolella. Pallon voi kuitenkin hakea rajojen ulkopuolelta, mutta palloa ei voi heittää ennen kuin on palanut pelialueelle.

## 6. Pelin aloitus

Peli aloitetaan sijoittamalla polttopallot pitkin keskilinjaa. Pelaajat pitävät toista kättään ennen aloitusta omassa takaseinässään tai muussa määrättyssä merkissä. Aloitusvihellyksen jälkeen pelaajat voivat lähestyä keskiviivaa ja hakea palloja niin monta kuin ehtii. Kun pallot on haettu, on pallolisten pelaajien palattava taaksepäin hyökkäyslinjan taakse, ennen kuin he saavat heittää vastustajia.

## 7. Peliaika ja pelin voittaminen

Ensimmäinen joukkue, joka poistaa sääntöjen mukaisesti kaikki vastustajan pelaajat, on voittaja. Yhden pelin pituus on maksimissaan 3 minuuttia. Jos kumpaakaan joukkuetta ei ole poistettu kentältä aikarajan umpeutuessa, pelin voittaja on joukkue, jolla on enemmän pelaajia jäljellä.

Pelit voivat päättyä myös niin, että jäljellä olevan joukkueen pelaajista selvitetään paras polttopalloa pelaava yksilö eli viimeinen kentällä oleva pelaaja. Tämä selvitetään kaksintaistelussa joko vapaasti kentällä liikkuen tai paikoillaan pysyen (tukijalkaa ei saa siirtää).

## 8. Aikalisä ja vaihtopelaajat

Joukaisella joukkueella on käytössä yksi 30 sekunnin aikalisä per peli. Aikalisän aikana joukkue voi vaihtaa pelaajia kentälle.

## 9. Viiden sekunnin sääntö

Joukkueelle vihelletään rike, jos kaikki pelipallot ovat omalla pelialueella yli viiden sekunnin ajan. Tämä sääntö pätee molemmille joukkueille huolimatta siitä, kuinka monta pelaajaa joukkueesta on kentällä enää jäljellä. Mikäli joukkue ei suorita viiden sekunnin kuluessa heittoa, joutuu joukkue luovuttamaan kaikki pallot yhtä lukuun ottamatta vastustajan puolelle.

## ***E-urheilua: Educational Masters Minor -sarja***

Suomen ammatillisen koulutuksen ja kulttuuri- ja urheiluliitto, SAKU ry, Suomen Lukiolaisten Liitto ry. ja Suomen elektronisen urheilun liitto käynnistivät yhdessä SJ Esportsin kanssa elektronisen urheilun lajeihin keskittyvän Educational Masters -koululiigakonseptin, jonka kautta oppilaitokset pääsevät mittaamaan tasonsa muita oppilaitoksia vastaan. Educational Masters -konseptin tarkoituksena on osallistaa, aktivoida ja tukea e-urheilua harrastavia sekä kehittää kansallista elektronisen urheilun pelaajapolkua.

### 1. Joukkueen koko

Joukkueessa pitää olla vähintään viisi pelaajaa, 0-2 varapelaajaa sekä yksi oppilaitoksen henkilöstöön kuuluva vastuhenkilö.

### 2. Turnausaika

Turnauksia pelataan syksyllä ja keväällä. Keväällä 2022 pelataan finaalipelit neljän joukkueen kesken Taitajien yhteydessä.

### **3. Peli**

Turnauspelinä toimii Counter-Strike: Global Offensive (CS:GO). Jatkossa rinnalle on tarkoitus tuoda myös urheilupelejä.

### **4. Turnauksen säännöt**

Liigassa hyödynnetään Suomen elektronisen urheilun liiton harrastajapelaajalisenssiä ja liiton määrittämiä virallisia sääntöjä.

Liigaan otetaan yhteensä 64 oppilaitosjoukkuetta.

Turnauksessa on jaossa palkintopotti, joka jaetaan useamman joukkueen kesken sijoitusten mukaan.

## ***Frisbeegolf***

### **1. Sarjat**

Amatöörit tytöt

Amatöörit pojat

Pro tytöt

Pro pojat

Pro-sarja on tarkoitettu heittäjille, jotka ovat aikaisemmin kilpailleet. Amatöörisarja niille, joilla ei ole kokemusta kilpailuista.

### **2. Välineet**

Frisbeegolfajilla tulee olla omat kiekot mukana.

## ***Futsal***

### **1. Sarjat**

Harraste tytöt

Harraste pojat

Kilpa tytöt

Kilpa pojat

Erytisopiskelijat

Sarja toteutuu, mikäli mukana on vähintään neljä joukkuetta. Järjestäjällä on oikeus yhdistellä sarjoja. Harrastesarjoissa ei saa pelata lisenssipelaajia.

### **2. Pelaajien määrä**

Kentällä on viisi (4+mv) pelaajaa/joukkue. Vaihtopelaajien määrää voi olla maksimissaan 14 pelaajaa. Edestakaiset lentävät vaihdot ovat sallittuja.

### 3. Peliikasuositus

Peliika on 2 x 12 min juoksevilla ajanotolla. Toisen puoliajan viimeiset 2 peliminuuttia on tehokasta peliikaa. Erätauco on noin 2 minuuttia. Ottelussa joukkueella on käytettävissään yksi minuutin aikalisä.

### 4. Rangaistukset

Kumuloitavat rikkomukset lasketaan puoliajoittain, 3 rikkettä/puoliaika. Neljännestä rikkeestä vapaapotku.

Jos pelaaja saa kaksi keltaista korttia samassa ottelussa, niin pelaaja ei saa pelata turnauksen jäljellä olevissa peleissä. Jos pelaaja sen sijaan saa kaksi keltaista eri otteluissa, niin pelaaja joutuu huilaamaan seuraavan pelinsä.

Punaisen kortin saanut pelaaja suljetaan pois kaikista sarjan ja/tai turnauksen peleistä.

Punaisesta kortista seuraa myös joukkuerangaistus. Joukkuerangaistuksen pituus on futsalissa kahden (2) minuutin jäähy. Joukkuerangaistuksen aikana joukkuetta ei voi täydentää vastustajan tehtyä maalin vaan koko jäähy aika pelataan vajaalla kokoonpanolla.

### 5. Varusteet

Säärisuojat ovat pakolliset kaikilla pelaajilla. Ilman säärisuojia pelaavat poistetaan kentältä.

### 6. Järjestys sarjassa

Tasapisteissä joukkueiden paremmuuden määräävät järjestyksessä:

- 1) keskinäisissä otteluissa saavutetut pisteet
- 2) keskinäisten otteluiden maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 3) keskinäisissä otteluissa tehdyt maalit
- 4) koko sarjan maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 5) koko sarjassa tehdyt maalit
- 6) arpa.

### 7. Pistelasku

Voitosta 3 pistettä, tasapelistä 1 piste ja häviöstä 0 pistettä.

## Jalkapallo

### 1. Sarjat

Pojat  
Tytöt  
Harraste

### 2. Joukkueen koko

Pojat: Joukkueeseen saa kuulua enintään 18 pelaajaa.

Tytöt ja harraste: Tytöillä ja harrasteessa kentällä 6 + 1 pelaajaa.

### 3. Peliikasuositus

Pojat: Turnauksissa 2 x 25 minuuttia ja cup-peleissä 2 x 30 minuuttia.



Tytöt: 2 x 20 minuuttia.  
Harraste: 1 x 25 minuuttia.

#### **4. Rangaistuspotkukilpailu**

Mikäli ottelu päättyy tasapeliin ja voittaja on saatava selville, suoritetaan rangaistuspotkukilpailu.

#### **5. Pelaajavaihdot**

Lentävät ja edestakaiset vaihdot sallittuja.

#### **6. Varusteet**

Säärisuojat ja nappulakengät ovat pakolliset kaikissa sarjoissa.

#### **7. Paitsio**

Paitsiosääntö ei ole voimassa tyttöjen eikä harrastesarjan peleissä.

#### **8. Maalivahdin avaus**

Tytöt ja harraste: Maalivahdin avaus ei saa lentää ilmassa yli puolenkentän. Mikäli näin käy, niin peli jatkuu vastustajan vapaapotkulla.

#### **9. Rangaistukset**

Jos pelaaja saa kaksi keltaista korttia samassa ottelussa, niin pelaaja ei saa pelata turnauksen jäljellä olevissa peleissä. Jos pelaaja sen sijaan saa kaksi keltaista eri otteluissa, niin pelaaja joutuu huilaamaan seuraavan pelinsä.

Punaisen kortin saanut pelaaja suljetaan pois kaikista sarjan ja/tai turnauksen peleistä.

#### **10. Järjestys sarjassa**

Tasapisteissä joukkueiden paremmuuden määräävät järjestyksessä:

- 1) keskinäisissä otteluissa saavutetut pisteet
- 2) keskinäisten otteluiden maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 3) keskinäisissä otteluissa tehdyt maalit
- 4) koko sarjan maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 5) koko sarjassa tehdyt maalit
- 6) arpa.

#### **11. Pistelasku**

Voitosta 3 pistettä, tasapelistä 1 piste ja häviöstä 0 pistettä.

### **Kaukalopallo**

#### **1. Sarja**

Pojat

#### **2. Joukkueen koko**

Joukkueeseen saa kuulua enintään 18 kenttäpelaajaa ja kaksi maalivahtia.  
Pelikentällä saa olla yhtä aikaa enintään 5+1 pelaajaa.

#### **3. Peliikasuositus**

Peliikasuositus: 2 x 20 minuuttia. Erätauko 5 min tai kentän kunnostukseen kuuluva aika.

#### **4. Rangaistukset**

Punaisen kortin saanut pelaaja suljetaan pois kaikista sarjan ja/tai turnauksen peleistä.

Punaisesta kortista seuraa myös joukkuerangaistus. Joukkuerangaistuksen pituus kaukalopallossa on viiden (5) minuutin jäähy. Joukkuerangaistuksen aikana joukkuetta ei voi täydentää vastustajan tehtyä maalin vaan koko jäähy aika pelataan vajaalla kokoonpanolla.

#### **5. Järjestys sarjassa**

Tasapisteissä joukkueiden paremmuuden määräävät järjestyksessä:

1. keskinäinen ottelu
2. maaliero eli tehtyjen ja päästettyjen maalien erotus
3. tehtyjen maalien lukumäärä
4. arpa

#### **6. Pistelasku**

Voitosta 2 pistettä, tasapelistä 1 piste ja häviöstä 0 pistettä.

### **Keilaus**

#### **1. Sarjat**

Joukkuekilpailu

#### **2. Joukkueen koko**

Joukkueeseen voi kuulua 3-5 pelaajaa. Joukkue voi olla tyttö-, poika- tai sekajoukkue.

#### **3. Pelimuoto**

Kilpailussa keilataan 4 sarjaa siten, että joukkueen jäsenet pelaavat samaan sarjaan vuororuudivin. Neljän sarjan yhteistulos on joukkueen tulos.

### **Koripallo**

#### **1. Sarjat**

Harraste tytöt  
Harraste pojat  
Kilpa tytöt  
Kilpa pojat

Harrastesarjassa ei saa pelata lisenssipelaajia.

#### **2. Joukkueen koko**

Joukkueen maksimikoko on 12 pelaajaa kaikissa sarjoissa.

#### **3. Peliaikasuositus**

Peliaikasuositus: 2 x 12 minuuttia tehokasta aikaa. Kello ei pysähdy korista pelin viimeisten 2 minuutin aikana.

#### **4. Joukkue- ja henkilökohtaiset virheet**

Viidennestä joukkuevirheestä vapaheitot. Viidestä henkilökohtaisesta virheestä ulos.

#### **5. Vaihdot**

Vapaat vaihdot.

#### **6. Aikalisä**

Aikalisä yksi/puoliaika (pituus 45 sekuntia)

#### **7. Puoliaika**

Puoliaika viisi minuuttia, muut erätauot kaksi minuuttia.

#### **8. Järjestys sarjassa**

Tasapisteissä joukkueiden paremmuuden määräävät järjestyksessä:

- 1) suurempi koriero (joukkueen tekemien pisteiden ja vastustajien tekeminen pisteiden erotus) keskinäisissä otteluissa
- 2) enemmän tehtyjä pisteitä keskinäisissä otteluissa
- 3) suurempi koriero kaikissa sarjan otteluissa
- 4) enemmän tehtyjä pisteitä kaikissa sarjan otteluissa
- 5) arpa

#### **9. Pistelasku**

Voitosta 2 pistettä, häviöstä 1 piste ja luovutuksesta 0 pistettä.

### ***Minigolf***

#### **1. Sarjat**

Tytöt  
Pojat  
Joukkuekilpailu

Joukkueessa kaksi henkilöä. Joukkuekilpailun tulokset lasketaan henkilökohtaisista tuloksista.

Pelikierron pelataan neljän hengen peliryhmissä, joissa on kahden eri ammattipiston opiskelijoita (2+2).

### ***SAKU-sähly***

#### **1. Sarjat**

Pojat  
Tytöt

#### **2. Pelaaminen osaamisalakohtaisella joukkueella**

SAKU-sählyssä saa pelata vain samasta osaamisalan opiskelijoista kootulla joukkueella. Joukkueen pitää olla sama koko lukuvuoden.

#### **3. Valtakunnallinen sarja**

SAKU ry:n valtakunnalliseen sarjaan koulutuksen järjestäjä voi ilmoittaa kolme joukkuetta. Lohkojaot muodostetaan maantieteellisin perustein. Koulutuksen järjestäjä on velvollinen ilmoittamaan SAKU-sählyn sisäisen sarjan joukkumäärän SAKU ry:n toimistoon tilastointitiedoiksi.

#### **4. Peliikasuositus**

Peliikasuositus: 2x12 minuuttia.

#### **5. Varusteet**

Suojalasien käyttö on pakollista.

#### **6. Maalien koko**

Maalin koko 90x60cm

#### **7. Pelaajamäärä**

Kentällä on yhtä aikaa neljä pelaajaa.

#### **8. Rangaistukset**

Punaisen kortin saanut pelaaja suljetaan pois kaikista sarjan ja/tai turnauksen peleistä.

Punaisesta kortista seuraa myös joukkuerangaistus. Joukkuerangaistuksen pituus on SAKU-sählyssä kahden (2) minuutin jäähy. Joukkuerangaistuksen aikana joukkuetta ei voi täydentää vastustajan tehtyä maalin vaan koko jäähy aika pelataan vajaalla kokoonpanolla.

#### **9. Säännöt**

SAKU-sählyssä noudatetaan Suomen Salibandyliiton sählysäätöjä, ellei SAKU ry:n säännöissä toisin mainita.

#### **10. Järjestys sarjassa**

Tasapisteissä joukkueiden paremmuuden määräävät järjestyksessä:

- 1) keskinäisissä otteluissa saavutetut pisteet
- 2) keskinäisten otteluiden maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 3) keskinäisissä otteluissa tehdyt maalit
- 4) koko sarjan maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 5) koko sarjassa tehdyt maalit
- 6) arpa.

#### **11. Pistelasku**

Voitosta 2 pistettä, tasapelistä 1 piste ja häviöstä 0 pistettä.

### **Salibandy**

#### **I. Sarjat**

Harraste tytöt  
Harraste pojat  
Kilpa tytöt  
Kilpa pojat  
Erityisopiskelijat

Sarja toteutuu, mikäli mukana on vähintään neljä joukkuetta. Järjestäjällä on oikeus yhdistellä sarjoja. Harrastesarjoissa ei saa pelata lisenssipelaajia.

## 2. Joukkueen koko

Tyttöjen ja poikien sarjojen joukkueisiin saa kuulua enintään 16 pelaajaa. Pelikentällä saa olla yhtä aikaa enintään 5+1 pelaajaa.

## 3. Peli-aikasuositus

2 x 15 minuuttia, joista ottelun kaksi viimeistä minuuttia tehokasta peliaikaa.

## 4. Varusteet

Suojalasien käyttö on pakollista.

## 5. Rangaistukset

Punaisen kortin saanut pelaaja suljetaan pois kaikista sarjan ja/tai turnauksen peleistä.

Punaisesta kortista seuraa myös joukkuerangaistus. Joukkuerangaistuksen pituus salibandyssä on viiden (5) minuutin jäähy. Joukkuerangaistuksen aikana joukkuetta ei voi täydentää vastustajan tehtyä maalin vaan koko jäähy-aika pelataan vajaalla kokoonpanolla.

## 6. Järjestys sarjassa

Tasapisteissä joukkueiden paremmuuden määräävät järjestyksessä:

- 1) keskinäisissä otteluissa saavutetut pisteet
- 2) keskinäisten otteluiden maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 3) keskinäisissä otteluissa tehdyt maalit
- 4) koko sarjan maaliero (tehdyt maalit miinus päästetyt maalit)
- 5) koko sarjassa tehdyt maalit
- 6) arpa.

## 7. Pistelasku

Voitosta 2 pistettä, tasapelistä 1 piste ja häviöstä 0 pistettä.

## *Toistovoimapunnerrus*

### 1. Sarjat

Tytöt

Pojat

Huoltajat/saattajat

Joukkuekilpailu (joukkueessa 3 nostajaa, joukkue voi olla tyttö-, poika- tai sekajoukkue)

### 2. Painot

Kilpailu on penkipunnerruksen toistokilpailu, jossa eniten toistoja tehnyt on voittaja. Tangon paino pojilla 0,66 x oma paino ja tytöillä 0,5 x oma paino.

### 3. Säännöt

- 1) Nostajan jalat ovat penkin tasan yläpuolella eli jalat ilmassa.

- 2) Nosto aloitetaan ylhäältä, tanko käy rinnalla ja nousee ylös, kilpailija on tällöin tehnyt yhden toiston. Toistoja jatketaan uupumukseen saakka ja toistot lasketaan. Yläasennossa kilpailija voi huilata viiden sekunnin ajan.
- 3) Mitään nostoa avustavia siteitä, penkkipaitaa tms. ei sallita. Kilpailija saa käyttää magnesiumia.
- 4) Kilpailijalla saa olla t-paita päällä.