



SM5L KICK OFF INFO

23.8.2025

Töölön Kisahalli / etä



Ohjelma

- Päävalmentaja
- Viikoittainen toiminta
- Leiritoiminta
- Kilpailutoiminta
- Urheilijan kausisuunnitelma ja valmennusryhmähakemus
- Valinnat: joukkuekilpailut, valmennusryhmät, maajoukkueet
- häirintäyhdyshenkilö
- ADT

Liiton päävalmentaja vaihtuu

Elokuusta 2025 alkaen Yan Gusta toimii liiton miekkailun päävalmentajana.

Yan on aiemmin toiminut mm. Venäjän nuorten maajoukkueen valmentajana sekä Kiinan Shandongin provinssin päävalmentajana.

Yan työskentelee liitolla 75 % työajalla ja toimii tämän lisäksi HFM:n valmentajana.



Kuva: HFM/Jukka Mykkänen

Toiminta kaudella 2025–2026

Viikoittaiset kalpaharjoitukset (ilmoittautuminen Suomisportissa)

- **Maanantaisin klo 19–21**, Kisahalli sali 1
- **Keskiviikkoisin klo 19–21**, Kisahalli sali 2

Harjoitukset on suunnattu valmennusryhmään nimetyille urheilijoille sekä päävalmentajan kutsumille urheilijoille.

Päävalmentajan oppitunnit Kisahallilla (ajanvaraus Vellossa)

- Valmennusryhmän urheilijoille: **40 min / 25 €**
- Muille (kaiken tasoisille): **30 min / 30 €**
- Lisätietoa: <https://www.fencing-pentathlon.fi/liitto/tapahtumat/liiton-oppitunnit/>

Leiritoiminta

Leirit on tarkoitettu valmennusryhmän jäsenille ja päävalmentajan erikseen kutsumille urheilijoille.

Leirien hinta vaihtelee ohjelman mukaan (n. 40–60 €). Valmennusryhmän urheilijoille osallistuminen on maksutonta.

Kilpailutoiminta

Päävalmentaja osallistuu arvokilpailujen lisäksi seuraaviin kansainvälisiin kilpailuihin:

- **Uppsala Cup**, Ruotsi (jun/kad), 13.–14.9.2025
- **Challenge Bernadotte**, Ruotsi (sen/jun), 18.–19.10.2025
- **Fujairah MC**, UAE (sen M+N), 6.–9.11.2025
- **Heidenheim MC**, Saksa (sen M), 5.–7.2.2026
- **Marrakech MC**, Marokko (sen M+N), 26.–29.3.2026
- **St-Maur MC**, Ranska (sen N), 22.–25.5.2026

Urheilijan kausisuunnitelma ja valmennusryhmähakemus

Tarkista, mihin valmennusryhmään voit hakea:

- O-ryhmä: olympiaurheilijat
- A-ryhmä: aikuiset ja U23
- B-ryhmä: nuoret

Täytä erillinen lomake **30.9. mennessä**.
Varmista, että täytät seuraavat kriteerit:

- Tulokriteeri
- Aktiivisuuskriteeri

Lisätietoa: <https://www.fencing-pentathlon.fi/miekkailu/huiput/valmennusjarjestelma/>

Valmennusryhmien tukimuodot

- Liiton valmentaja mukana sovituissa kv. kilpailuissa ja leireillä (kalpa)
- Osallistumismaksut senioreiden MC-joukkuekilpailuihin (kalpa)
- Arvokisatuet kattamaan yksilö- ja joukkuekisan osallistumismaksut (kaikki aselajit)
- Ilmaiset kansalliset leirit
- Päävalmentajan oppitunnit alennettuun hintaan

Kansainvälisten joukkuekilpailujen valinnat

- Valitaan **neljä parasta urheilijaa** kansallisen rankingin perusteella
- Valinnat tehdään **8 viikkoa (56 päivää)** ennen kilpailua
- Vain urheilijat, jotka ovat sisällyttäneet kilpailun kausisuunnitelmaansa (lomake), huomioidaan

Lisätietoa: <https://www.fencing-pentathlon.fi/miekkailu/huiput/kv-joukkuekilpailut/>

Valmennusryhmävalinnat

- Ryhmään nimetään kriteerit täyttäviä urheilijoita hakemusten perusteella
- Myös urheilijat, jotka **eivät vielä täytä kriteerejä**, voivat hakea — he voivat saada kutsun treeneihin ja leireille
- Jos urheilija täyttää kauden aikana kriteerin, hänen tulee ilmoittaa siitä liiton toimistolle

Lisätietoa: <https://www.fencing-pentathlon.fi/miekkailu/huiput/valmennusjarjestelma/maajoukkuekriteerit/>

Maajoukkuevalinnat

- Liiton hallitus nimeää maajoukkueet arvokisarankingin ja kriteerien perusteella (4 + 0 periaatteella)
- Kriteereihin kuuluu osallistumiskriteeri, esim. senioreilla osallistuminen kahteen kansainväliseen seniorikilpailuun (FIE GP/MC/sat-MC) kauden aikana
- **Uutta kaudelle:** Jotta kilpailutulosta huomioidaan maajoukkuevalinnassa, urheilijan on päästävä alkueristä jatsoon.

Lisätietoa: <https://www.fencing-pentathlon.fi/miekkailu/huiput/arvokisat/arvokisakriteerit/>

Usein kysytyt kysymykset

1. Riittääkö pelkkä osallistuminen kilpailuun, että huomioidaan maajoukkuekriteereissä??

Kyllä – osallistuminen riittää osallistumiskriteerin täyttymiseen.

2. Miksi U23-sarjan kilpailuja ei ole enemmän senioreiden valintakisoissa?

U23 maajoukkue valitaan senioreiden arvokisarankingin perusteella. EFC:n U23-kisat ovat kaudella 2025–26 suljettuja, eivätkä siksi ole avoimia kaiken ikäisille. Tämän vuoksi niitä ei voida lisätä valintakisoihin, koska se asettaisi eri-ikäiset urheilijat eriarvoiseen asemaan.

3. Mitä tarkoittaa valintakisataulukon “kohderyhmä”?

Kohderyhmä kertoo liiton suosituksen. Kaikki senioreiden arvokisarankingissa mukana olevat kisat huomioidaan rankinginpisteiden keruussa kilpailumääräysten mukaisesti. U23-sarjan valinnat tehdään tästä rankingista.

SM5L häirintäyhdyshenkilö Sini Halme

- ❖ toimii tukena ja turvana kaikille urheilun parissa toimiville (urheilija, valmentaja, tuomari, muu toimija)
- ❖ tarjoaa neuvontaa ja tukea häirintätilanteissa
- ❖ auttaa ennaltaehkäisemään häirintää mm. tiedotuksen ja koulutuksen keinoin

Sähköposti: reilupeli@fencing-pentathlon.fi

Puhelinnumero: 050 374 5780

<https://www.fencing-pentathlon.fi/liitto/strategia/vastuullisuus/turvallinen-toimintaymparisto/lupa-valittaa-lupa-puuttua/>



SM5L Reilun kilpailun ohjelma



- ❖ Sitoudumme ja sitoutamme:
 - Urheiluyhteisön vastuullisuusohjelmaan
 - Suomen antidoping-säännöstöihin ja vastustamaan kilpailumanipulaatiota
- ❖ Toimimme aktiivisesti yhteistyössä SUEK:in kanssa dopingvalvonnan toteuttamisessa

<https://www.fencing-pentathlon.fi/liitto/strategia/vastuullisuus/reilu-kilpailu/>

https://www.fencing-pentathlon.fi/site/assets/files/7690/sm5l_reilun_kilpailun_ohjelma_2025_final.pdf

<https://suek.fi/>

SM5L Reilun kilpailun ohjelma

- ❖ Suomessa on miekkailun ja 5-ottelun osalta voimassa lisenssipakko.
- ❖ Lisenssin ostaessaan lisenssin haltija sitoutuu noudattamaan Suomen Antidoping-säännöstöä ja lajin kilpailumääräyksiä.
- ❖ [SUEK:n Puhtaasti Paras- ja Reilusti Paras-koulutukset](#)
 - pakollisia valmennusryhmäurheilijoille ja heidän valmentajilleen
 - suositeltavia kaikille urheilijoille ja alaikäisten vanhemmille

**PUHTASTI
PARAS**

**REILUSTI
PARAS**

SM5L Reilun kilpailun ohjelma

- ❖ [Dopingaineryhmät ja -aineet 2025](#)
- ❖ Kielletyt Aineet ja Menetelmät Urheilussa (KAMU)
 - [KAMU -lääkehaku](#)
 - Suomessa saatavia resepti- ja itsehoitolääkevalmisteita.
 - Ei sisällä erityislupavalmisteita
 - Mikäli lääkevalmiste ei löydy, ole yhteydessä SUEKiin.
- ❖ [Erivapaus \(TUE\) urheilijan lääkityksessä - SUEK](#)
 - Haetaan SUEK (kansallinen taso) tai FIE/UIPM (kv taso/tapahtuma)
 - [Erkka-erivapauskone - SUEK](#)
 - Auttaa selvittämään helposti, pitääkö lääkitykselle hakea erivapautta etukäteen



Mistä tietoa, mitä seurata?

- ❖ WhatsApp ja sähköposti
- ❖ www.fencing-pentathlon.fi
 - Kilpailutiedot kilpailukalenterista
 - Kisa-/leiritiedot toimintakalenterissa
- ❖ Uutiskirje
- ❖ Facebook - FencingPentathlonFinland
Varustekirppis - miekkailu ja 5-ottelu
- ❖ IG - @fencingpentathlonfinland → #fencingpentathlonfinland

Some tiimi → Lealle viesti!