

Polku- ja vuorijuoksun Maajoukkuetyöryhmän tiedote

26.10.2025

Valintakriteerit polku- ja vuorijuoksun EM-kilpailuihin

4.-7.6.2026

[European Athletics Off-Road Running Championships](#)

Valintakriteerit polkujuoksun EM-kilpailuihin

Polkujuoksun EM-kilpailuissa on yksi kilpailumatka. Kilpailuun voidaan nimetä kuusi juoksijaa per sukupuoli, joista neljä saa osallistua itse kilpailuun (kaksi varalla).

Edustajat polkujuoksun EM-kilpailuihin valitaan ensisijaisesti International Trail Running Associationin (ITRA) ylläpitämän ranking-pistejärjestelmän perusteella:

<https://itra.run/Runners/Ranking>. Trail-joukkueen valintaan käytetään ITRA:n Marathon, 50K, ja 50M -kategorioiden Performance Index (PI) ranking-pisteitä. Kunkin juoksijan osalta huomioidaan paras PI ko. kategorioista. Vähimmäiskriteeri suoralle joukkuevalinnalle on miehillä 800 pistettä ja naisilla 675 pistettä.

31.1.2026 rankingin (kuten yllä kuvattu) kolme parasta nais- ja kolme parasta miesjuoksijaa nimetään suoraan EM-joukkueeseen. **1.4.2026** nimetään neljäs juoksija joukkueeseen sekä kaksi varajuoksijaa sen hetkisen ranking-tilanteen perusteella. Tasapistetilanteessa juoksijan parhaan kilpailun pistemäärä 1.1.2025 jälkeen ko. kategorioista ratkaisee. Jos joukkueeseen edellä mainittujen kriteerien perusteella valittu juoksija ei ota joukkuepaikkaa vastaan, siirtyy se rankingissa seuraavana olevalle juoksijalle, olettaen että hän täyttää vähimmäiskriteerit suoralle joukkuevalinnalle.

Kukin joukkueeseen nimetty urheilija täyttää urheilijalomakkeen Ultrajuoksuliiton sivuilla: <https://ultrajuoksuliitto.fi/fi-urheilijalomake.htm>, jolla samalla osoittaa halukkuutensa edustaa Suomea polkujuoksun EM-kilpailuissa.

Valintakriteerit vuorijuoksun EM-kilpailuihin

Vuorijuoksun EM-kilpailuissa on Uphill ja Classic -kilpailut, joista molemmissa on sarjat aikuisille ja nuorille (alle 20-vuotiaat). Kuhunkin kilpailuun voidaan nimetä kuusi juoksijaa per sukupuoli, joista neljä saa osallistua itse kilpailuun (kaksi varalla).

Vuorijuoksussa on neljä-tasoinen kriteeristö, joiden kriteerit täyttämällä juoksija voidaan valita joukkueeseen.

31.1.2026 ensimmäisen ja toisen tason kriteerit täyttävät vuorijuoksijat nimetään suoraan EM-joukkueeseen sen hetkisen ranking-tilanteen perusteella. **1.4.2026** nimetään kullekin matkalle loput juoksijat sekä kaksi varajuoksijaa valintakriteerijärjestyksessä 1-2-3-4, jos he täyttävät valintakriteerien ehdot. 1.4.2026 tehtävissä valinnoissa huomioidaan toisen (2.) valintakriteerin osalta juoksuajat 29.3.2026 mennessä.

1. Valintakriteeri

WMRA World Ranking ≥ 40 pistettä tai top 50: <https://ranking.wmra.info/>

2. Valintakriteeri

WMRA World Ranking ≥ 15 pistettä ja ITRA:n 10K ja Half Marathon kategorioiden Performance Index (vähimmäispisteet miehillä 800 ja naisilla 675 pistettä) ja/tai aikaraja maantiellä tai radalla (virallinen kilpailu ja virallisesti mitattu matka) aikavälillä 1.1.2025 - 30.1.2026:

	Miehet	Naiset	<20 M	<20 N
HM	1:08:00	1:17:00	—	—
10K	31:00	35:30	33:00	38:00

Jos yli neljä juoksijaa täyttää kriteerit, valinnassa painotetaan WMRA Ranking-pisteitä. Uphill-valinnoissa painotetaan ensisijaisesti ITRA:n 10K PI ranking-pisteitä ja sen jälkeen kymmenen kilometrin tulosta maantiellä tai radalla.

Classic-valinnoissa painotetaan ensisijaisesti ITRA:n Half Marathon PI ranking-pisteitä ja sen jälkeen puolimaratonin tulosta maantiellä.

3. **Valintakriteeri** (edellytetään erillisen hakemuksen täyttämistä Ultrajuoksuliiton sivuilla: <https://ultrajuoksuliitto.fi/fi-polkujuoksu-arvokilpailut.htm> 29.3.2026 mennessä)

ITRA:n 10K ja Half Marathon kategorioiden Performance Index (vähimmäispisteet miehillä 800 ja naisilla 675 pistettä) ja/tai aikaraja maantiellä tai radalla (virallinen kilpailu ja virallisesti mitattu matka) aikavälillä 1.1.2025 - 29.3.2026:

	Miehet	Naiset	<20 M	<20 N
HM	1:08:00	1:17:00	–	–
10K	31:00	35:30	33:00	38:00

Tämän valintakriteerin perusteella valitut urheilijat valitaan paremmuusjärjestyksessä ITRA-pisteiden tai juoksuaikojen perusteella (tilanne 1.4.2026) siten, että Uphill-valinnoissa painotetaan ensisijaisesti ITRA:n 10K PI ranking-pisteitä ja sen jälkeen kymmenen kilometrin tulosta maantiellä tai radalla. Classic-valinnoissa painotetaan ensisijaisesti ITRA:n Half Marathon PI ranking-pisteitä ja sen jälkeen puolimaratonin tulosta maantiellä.

4. **Valintakriteeri** (edellytetään erillisen hakemuksen täyttämistä Ultrajuoksuliiton sivuilla: <https://ultrajuoksuliitto.fi/fi-polkujuoksu-arvokilpailut.htm> 29.3.2026 mennessä)

Kansainvälinen kova näyttö jostain kestävyyslajista (esim. vuorijuoksu, polkujuoksu, skyrunning, suunnistus, maastohiihto).

Jos joukkueeseen edellä mainittujen kriteerien perusteella valittu juoksija ei ota joukkuepaikkaa vastaan, siirtyy se valintajärjestyksessä seuraavana olevalle juoksijalle, olettaen, että hän täyttää kriteerit joukkuevalinnalle.

Kukin joukkueeseen nimetty urheilija täyttää urheilijalomakkeen Ultrajuoksuliiton sivuilla: <https://ultrajuoksuliitto.fi/fi-urheilijalomake.htm>, jolla samalla osoittaa halukkuutensa edustaa Suomea vuorijuoksun EM-kilpailuissa.

Lisätietoja aiheesta antaa myös maajoukkuetyöryhmän edustaja, vuoden 2026 EM-kilpailujen Suomen joukkueenjohtaja Jussi Nokelainen, [jussi.nokelainen \[ät\] lapha.fi](mailto:jussi.nokelainen@lapha.fi).