

HAKUNILAN TALVIUINNIT

HAKUNILA , 17.1-18.1.2015

Ohjeita valmentajille ja uimareille

Avainkortit

Seurakuoret ovat noudettavissa seuroittain Kisakansiliasta. Sisältää mm.Käsiohjelmia 1 kpl.per 10 alkavaa uimaria kohden. Pukukaapin avaimia:1 avain per uimari.

Peruutukset

Peruutuksia vastaanotetaan aulassa klo 9.00 asti. Kaikki peruutukset tehtävä kirjallisesti seurakuoresta tai kansliasta saatavalla lomakkeella. Etukäteen tiedossa olevat peruutukset pyydetään ilmoittamaan osoitteeseen kilpailut@vanders.fi perjantaihin klo 17.00 mennessä. Tämän jälkeen peruutukset ainoastaan kisakansliaan lomakkeella. Etukäteen tehdyt peruutukset tiivistävät vielä uitavaa kilpailuaikataulua. Peruminen ei kuitenkaan vapauta startin maksuvelvollisuudesta. Kisakanslia sijaitsee kahvion vieressä olevassa Kabinetissa.

Jälki-ilmoittautumiset

Jälki-ilmoittautumisia otetaan vastaan kilpailupaikalla klo 9.00 asti niihin lajeihin joiden erissä on vielä tilaa. Ilmoittautumiset tehtävä kirjallisesti kansliasta saatavalla lomakkeella. Kaikista jälki-ilmoittautumisesta veloitamme kolminkertaisen ilmoittautumismaksun eli 24 euroa *käteisellä tai maksukuittia vastaan.*

Viestijoukkueet

Ei uida

Pukuhuone ja allas

Suuren osallistujamäärän vuoksi allas- ja pukuhuonetilat on varattu *ainoastaan uimareille ja valmentajille!*

Verryttely

Verryttelyaika alkaa klo 9.00, allas on pidettävä tyhjänä kunnes kuuluttaja myöntää luvan. Verryttelyaika päättyy klo 9.50. Rata 1 on varattu piikeille klo 9.30 alkaen. Kilpailun välissä pidettävien taukojen aikana on mahdollista verryttellä kilpailualtaassa. Muuten kilpailun aikana verryttelyyn on käytettävissä terapia-allas silloin kun se ei ole muussa käytössä.



ihmeellinen uimaseura
lauhatie 10 e
01300 Vantaa
y-tunnus 2635158-9

www.vanders.fi

Kokoontuminen

Kokoontuminen tapahtuu kahvion puoleisella seinustalla, lähellä uimavalvojan koppia noin kolme erää ennen omaa starttia. Kulloinkin kokoontumisessa oleva erä ilmoitetaan numerotaululla kokoontumispaikan läheisyydessä. Kaikkien uimareiden tulee olla paikalla kokoontumisessa!

Ensiapu

Ensiapupiste löytyy toimitsijoiden taukotilasta, allastilan ja eteisaulan väliseltä käytävältä. Häätötilanteessa seuraa kuuluttajan antamia ohjeita.

Startit

Lähdöt tapahtuvat yllähdöillä kaikissa lajeissa myös selkäuinneissa. Altaasta poistutaan vasta uuden erän lähdettyä matkaan, poikkeuksena on 25 m uinnit joissa uimari nousee heti maaliin tulon jälkeen altaasta ylös. Uimareiden tulee lajinsa päätyttyä asettua köyden viereen irti seinästä ja heidän tulee odottaa siinä liikkumatta ja hiljaa. Poikkeaminen tästä voi johtaa ko. uimarin hylkäämiseen!

Palkintojenjako

Palkintojenjako suoritetaan jakson aikana ja jakson jälkeen.

Lähtölistat ja tulokset

Lähtölistat löytyvät allastiloista. Osallistujalistat ja muut ohjeet ovat löydettävissä Live Timingista torstai-illasta alkaen. Lähtölistat löytyvät LiveTimingista perjantain iltapäivän aikana. Tulokset päivittyvät sivuille aina kunkin lajin päätyttyä.

Ruokailu

Uimahallikahvila Salonen

Avoinna: klo.8.00-

salonenkari@kolumbus.fi

P.050-3630516

TERVETULOA HAKUNILAAN!



ihmeellinen uimaseura
lauhatie 10 e
01300 Vantaa
y-tunnus 2635158-9

www.vanders.fi