



Myyrmäki, 8.12.2018 klo 12.00

Ohjeita valmentajille ja uimareille

Avainkortit

Avainkortit kuitataan aulassa. Kaikki oman seuran kortit tulee palauttaa kisakuoressa aulassa olevaan laatikkoon.

Peruutukset

Peruutuksia vastaanotetaan klo 11.00 asti. Kaikki peruutukset tehtävä Syncin kautta (valmentajien applikaatio). Etukäteen tehdyt peruutukset tiivistävät vielä uitavaa kilpailuaikataulua. Peruminen ei kuitenkaan vapauta startin maksuvelvollisuudesta.

Jälki-ilmoittautumiset

Jälki-ilmoittautumisia otetaan vastaan kilpailupaikalla klo 11.00 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

Kisoissa on normaali sekä sekajoukkueviestit. Jos ilmoitetun joukkueen kokoonpanon joutuu muuttamaan, se tulee tehdä viimeistään tuntia ennen kilpailujakson alkua kisakansliaan!

Pukuhuone ja allastila

Allas- ja pukuhuonetilat on varattu *ainoastaan uimareille ja valmentajille!* Toisen kerroksen kahviossa, kokoushuoneessa ja jumppasalissa on tilaa yleisölle.

Verryttely

Verryttelyaika alkaa n. klo 10.30, allas on pidettävä tyhjänä kunnes kuuluttaja myöntää luvan. Verryttelyaika päättyy klo 11.50. Rata 1 on varattu piikeille klo 11.15 alkaen. Kilpailun aikana verryttelyyn on käytettävissä hyppyallas ja terapia-allas sekä keskellä kisojen olevan 30 min tauon aikana kisa-allas on verryttely käytössä.

Kokoontuminen

Kokoontuminen kisa-altaan käännöspäissä noin kolme erää ennen omaa starttia. Kulloinkin kokoontumisessa oleva erä ilmoitetaan numerotaululla kokoontumispaikan läheisyydessä. Kaikkien uimareiden tulee olla paikalla kokoontumisessa!

Ensiapu



Myyrmäki, 8.12.2018 klo 12.00

Ensiapupiste löytyy toimitsijoiden taukotilasta, allastilan ja eteisaulan väliseltä käytävältä. Häätätilanteessa 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 maalin utlon 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

Palkinnot jaetaan nuorimpien uimareiden (T8, T10, P9 ja P11) sarjoissa kolmelle parhaalle jokaisesta lajista ikäsarjoittain kisa-aikataulun mukaisesti. Muissa ikäsarjoissa palkinnot jaetaan neljän lajin yhteispisteiden mukaan ikäsarjojen kolmelle parhaalle kisojen päätteeksi. Palkintojen jako tapahtuu starttipäädystä.

Lähtölistat ja tulokset

Lähtölistat löytyvät aulasta, katsomosta sekä allastiloista allaskartan mukaisesti. Tulokset toimitetaan em. paikkoihin pois lukien pukuhuoneet. Osallistujalistat ja muut ohjeet ovat löydettävissä Live Timingista torstai-illasta alkaen. Lähtölistat löytyvät LiveTimingista noin tuntia ennen jakson alkua. Tulokset päivittyvät sivuille aina kunkin lajin päätyttyä.

TERVETULO A MYYRMÄKEEN!