



OHJEET SYYSUINNIT 12.9.2020

Syysuinnit 2020 kilpailuissa noudatetaan Suomen uimaliiton kilpailusääntöjä sekä järjestävän seuran antamia ohjeita.

Joukkueenjohtajien palaveri

Joukkueen johtajien palaveri järjestetään lauantaina 12.9.20 klo 14:00 uimahallin 25 metrin altaan ylätasanteella. Joukkueen johtajien palaverissa tulee olla jokainen joukkue edustettuna.

Kilpailukanslia

Uimahallin toisessa kerroksessa, kahvilan vieressä. Auki la 12.9.20 klo 13:30-18:00.

Avainrannekkeet

Rannekkeissa on yksi lataus, jolla pääsee pukutiloihin. Avain palautuu porttiin kilpailun jälkeen. Pukuhuoneissa on merkityt alueet jokaiselle seuralle. Rannekkeet kuitataan seuroittain kilpailukansliasta kisapäivänä klo 13.30 alkaen.

Huom! KAAPIT TULEE TYHJENTÄÄ KISOISTA LÄHDETTÄESSÄ, sillä ne aukeavat yöllä!

Verryttelyt

Verryttelyaika kisa-altaassa klo 14.00 -14.40, verryttely päättyy 5 min ennen jakson alkua. Verryttely mahdollisuus kisan aikana (radat 1B-4B), 50 m altaan kahvion päässä.

Keräily

Kilpailijan tulee olla **neljä erää tai 10 minuuttia ennen** omaa lähtöä paikalla keräilyssä. Keräily tapahtuu 50 metrin altaan matalassa päädyssä, josta siirrytään johdetusti lähtöön.

Aika erien välissä on lyhyt, joten paikalla keräilyssä on oltava ehdottomasti hyvissä ajoin!

Tulemme käyttämään yllähtöjä, paitsi kuumat erät. Edellisen erän uimarit jäävät altaaseen rataköyden viereen n. metrin päähän seinästä odottamaan, että seuraava erä on lähtenyt ennen altaasta poistumista. Viimeistä edellisen erän uimarit siirtyvät ripeästi ylös

altaasta samalla kun kuumien erän uimarit esitellään. Myös selkäuinnissa käytetään vierestä lähtöjä.

Peruutukset

Pyrimme tiivistämään aikataulua kaikin keinoin! **Peruutukset tulee tehdä viimeistään 1 tunti ennen jakson alkua!** On uimarin etu, että kilpailussa on mahdollisimman täydet erät.

Kuuma erä marssii musiikin tahdissa ohjatusti.

Katsomo

Välttää märkänä liikkumista katsomossa, portaista tulee erittäin liukkaat!! Ulkojalkineilla liikkuminen suihku- ja allasalueella on ehdottomasti kielletty hygieniasyistä! Vastaavasti sisäjalkineilla ei saa mennä ulos. Lasipurkkien vieminen katsomoon ja allastiloihin on kielletty! Hätäuloskäyntiovia ei saa aukaista kuin äärettömässä hätätilanteessa!

Parkkipaikat

Kilpailujen aikana 12.9.20 ei uimahallin parkkipaikkojen aikarajoitus (3 h) ole voimassa, vaan saa pysäköidä ilman aikarajoitusta.

Korona rajoitukset

Korona tilanteeseen liittyen kaikkien kisaan osallistujien on noudatettava turvavälejä. 50 m katsomoon on varattu omat alueet seuroittain, jossa uimarit ja valmentajat seuraavat uimakisoja. Katsomo on suljettu ulkopuolisilta, kilpailut käydään ilman yleisöä. Pukuhuoneessa ja pesutiloissa on syytä välttää turhaa oleskelua.

Hyviä ja jännittäviä kisoja toivottaen

Vaasan Uimaseura-Vasa Simsällskap