

KILPARYHMÄT

SYKSY 2025

Paikka: Mäkelänrinteen uintikeskus

Kausi alkaa: KE 20.8.2025

Kausi päättyy: LA 20.12.2025

Kilparyhmässä harjoitellaan aktiivisesti ja tavoitteellisesti. Kilparyhmien hyppääjät kilpailevat kansallisella tasolla ja pienemmissä kv. kisoissa. Kilpa1 ja Kilpa2 -ryhmissä jatkaa keväällä PK1:ssä ja PK2:ssa hypänneitä sekä nuorten kilpaharrastus 2:ssa harjoitelleita urheilijoita. Ryhmillä on useampi harjoitus osin tai kokonaan samaan aikaan. Ryhmien valmennuksessa tehdään yhteistyötä ja kilparyhmiä vedetään osin yhdessä.

Kilparyhmillä on viisi harjoitusta viikossa. Jos harjoittelet 4 kertaa viikossa, ilmoita pois jäävä harjoitus SatuU:lle (satuu.tiirat@gmail.com)

HARJOITUSAJAT:

KILPA 1:

Päivä	Klo	Valmentaja	Huom
ma	15.40-18	SatuU	Pikaverra alussa
ti	18-20	Hilma	
ke	15.30-18	SatuU/Hilma	Verra, vesi, kuiva
to	17-19	SatuU	
pe	16.45-18.45	Hilma	Pikaverra alussa

KILPA 2:

Päivä	Klo	Valmentaja	Huom
ma	16-18	Roosa	
ti	18-20	Roosa	
ke	15.30-18	Hilma/SatuU	Verra, vesi, kuiva
to	16-18	Roosa	
pe	16-18	Roosa	Oma verra 15.40, vesi klo 16

Tiedossa olevat harjoitusten peruutukset:

– PE	29.8.	Halli kiinni
– LA	4.10.	FinnCup Tampere
– KE	8.10.	Syyskisa
– (MA-SU	13.-20.10.	Syysloma, poikkeusajat)
– LA	25.10.	PM-karsinta
– LA	15.11.	FinnCup Helsinki
– TO-PE	5-6.12.	Itsenäisyyspäivä
– TO-LA	11.-13.12.	PM-kisat
– TI	16.12.	Merkkikilpailu

Lähtökohtaisesti harjoitukset on myös peruttu maanantain osalta yksipäiväisten (la/su) kilpailujen jälkeen ja ma-ti osalta koko viikonlopun kisojen jälkeen. Tämä koskee vain niitä kilpailuja, joihin ryhmä osallistuu. Kilvat osallistuvat lähtökohtaisesti yllä mainitun listan kisoihin. PM-kilpailut on kuitenkin vain niihin valituille urheilijoille.

Valmentaja tiedottaa tarvittaessa muista mahdollisista peruutuksista / poikkeustapauksista.

SYYSLOMAN HARJOITUKSET

Kilparyhmät harjoittelevat syyslomalla, mutta treeniaikoihin saattaa tulla muutoksia. Syyslomaa seuraavalla viikolla on PM-karsintakilpailut (samaan aikaan Tukholman kisa). Ilmoita mahdollisimman pian, jos tiedät olevasi syysloman pois.

HARJOITUSMAKSUT

Vuosimaksu:

Kilparyhmät maksavat vuosimaksua, jonka suuruus riippuu viikkoharjoitusten määrästä. Vuosimaksu jaetaan laskennallisesti 11 kuukaudelle, sillä heinäkuuta ei laskuteta. Heinäkuussa ryhmällä on pidempi loma. Muut lyhyemmät lomat tai peruutukset, mukaan lukien talvi-, syys- ja joululoma, eivät vaikuta laskutettavaan määrään.

Vuosimaksun määrä:

4 x viikossa:	1661€/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 151€/kk)
5 x viikossa tai enemmän	2057€/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 187€/kk)

Korkeimmasta, 5x viikossa maksusta, on mahdollista saada n. 20% alennus, jos hyppääjä kuuluu Uimaliiton aikuisten tai nuorten maajoukkueryhmään. Alennettu maksu on sama kuin 4x viikossa harjoittelevilla.

Vuosimaksu laskutetaan 3 erässä seuraavasti:

Joulu/tammikuussa 4kk (tammi-huhtikuu)
Huhti/toukokuussa 3kk (touko-elokuu)
Elo/syyskuussa 4kk (syys-joulukuu)

Mikäli haluat maksaa kuukausittain, ole yhteydessä toimistoon.
Laskut lähetetään Ropo Capitalin kautta sähköpostitse.

Lopettaminen / harjoitusmäärän vähentäminen:

Vuosimaksua maksaville ryhmille ilmoitetaan jatkossa seuraavan kauden harjoitusajat sähköpostitse, eikä ilmoittautumista tarvitse tehdä enää kausittain. Perheen tulee sen sijaan ilmoittaa, jos hyppääjä ei enää jatka uimahyppyjä Tiirroissa. Mikäli vuosimaksulla harjoitteleva hyppääjä lopettaa tai vähentää harjoitusmäärää, maksaa hän harjoitusmaksun siltä kuukaudelta kun lopettamis/vähentämispäätös on ilmoitettu seuralle ja lisäksi vielä ilmoitusta seuraavan kuukauden ajalta. Jos harjoitusmaksua on ehditty maksaa pidempi aika, tehdään vastaavasti palautus. Lopettamisesta / harjoitusmäärän vähentämisestä tulee ilmoittaa sähköpostitse osoitteeseen uimahyppyseuraTiirat@gmail.com.

Jäsenmaksu

25€/kalenterivuosi. Toimintaan voivat osallistua vain Tiirujen jäsenet ja jäsenmaksu lisätään harjoitusmaksuun vuoden ensimmäisen laskun yhteydessä.

KILPAILUT

Seurakilpailut syksyllä:

- Syyskilpailu ke 8.10.
- Merkkikilpailu ti 16.12.

Kansalliset kilpailut syksyllä:

- FC3 Tampere 4.10.
- FC4 Helsinki 15.11.
- PM-karsinta 24-26.10.

Vuoden 2025 kisakalenteri päivittyy Uimaliiton kisakalenteriin:

<https://www.uimaliitto.fi/tapahtumat/?text=&startdate=&enddate=&lajit%5B%5D=uimahypyt&n=e>

Kansainvälinen kilpailu:

- PM 12-14.12 (jos hyppääjä tulee valituksi joukkuseeseen)

Selvitetään kansainvälisen seurakilpailun mahdollisuutta syyskaudelle. Perinteinen Tukholman kisa osuu tänä vuonna samaan aikaan kuin PM-karsintakilpailut.

Kilpailujen kulut laskutetaan osallistujalta (kilpailumaksu sekä matka- ja majoituskulut yms.).

KILPAILULISENSSI / VAKUUTUS

Kansallisella tasolla kilpailevilla tulee olla voimassa Uimaliiton -kilpailulisenssi <https://www.uimaliitto.fi/info/lisenssi-2022-2025/> .Kilpailulisenssiin voi sisällyttää oston yhteydessä Sporttiturva-tapaturmavakuutuksen, joka kattaa harjoitukset, kilpailut ja leirit. Jos lisenssin ostaa ilman vakuutusta, tulee hyppääjällä olla oma kilpaurheilun kattava vakuutus. Lisenssikausi on 1.8.-31.7. Suosittelemme, että kilparyhmäläisillä on lisäksi oma sairausvakuutus.

Lisätietoja lisenssi- ja vakuutusasioista Uimaliitosta ja oheisesta linkistä:
<https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/28128/lisenssivakuutus.pdf>

SISÄÄNPÄÄSY UINTIKESKUKSEEN VESILIIKUNTAKORTILLA

Uimahalliin sisäänpääsy tapahtuu henkilökohtaisella vesiliikuntakortilla (4 €). Seuran nykyisillä jäsenillä on muoviset vesiliikuntakortit jo olemassa. Niille liikuntavirasto lataa uudet harjoitusajat seuraavaa kautta varten. Korttia ei tarvitse siis hakea mistään vaan kortti on suoraan käyttövalmis.

Vesiliikuntakorttinsa hävittänyt jäsen hakee uuden kortin yllä mainituista Liikuntaviraston uimahalleista (**Pirkkolasta, Itäkeskuksesta, Jakomäestä tai Uimastadionilta**) niiden aukioloaikojen puitteissa. Uusi kortti maksaa 4 euroa.

TURVALLISUUSOHJEITA

- Tulethan harjoituksiin vain terveenä!
- Pese tai desinfioi kätesi aina tarvittaessa
- Turvallisuusohjeita saatetaan päivittää tilanteen vaatiessa

YHTEYSTIETOJEN PÄIVITYS

Mikäli yhteystietosi ovat muuttuneet, päivitäthän tietosi:
<https://www.ilmarix.fi/tietoverkko/isoilmari.nsf/ilmoittautuminen?openform&s=n&id=3FAE4B1D4E33CA88C2258CA1003A06AB>