



# KILPA 1-2 JA PIENTEN KILPA KESÄ 2026

Kesällä Kilpa 1-2 ja Pienten kilpa -ryhmät harjoittelevat samoilla ajoilla. Ryhmissä tavoitellaan menestystä NSM-tasolla ja mahdollisuuksien mukaan tulevaisuudessa myös kansainvälisellä tasolla.

Ryhmät harjoittelevat kesä/elokuussa Mäkelänrinteessä ja heinäkuun lopussa ennen uimahallin aukeamista on yksi ulkotreeniviikko Mäkelänrinteen lähetyvillä. Mikäli harjoittelet neljästi viikossa, ilmoita SatuU:lle sähköpostilla pois jäävä treeni ([satuu.tiirat@gmail.com](mailto:satuu.tiirat@gmail.com)) 20.4 mennessä. Ilmoitathan samalla myös etukäteen tiedossa olevat lomat / poissaolot.

## HARJOITUKSET KESÄ- JA ELOKUUSSA

Kesäkuun harjoitukset: 1.-26.6.  
Elokuun harjoitukset: 3.- 21.8.  
Paikka: Mäkelänrinne

ma	15-17	
ti	8.30-10.30*	* Talent-ryhmän treeni (1.-18.6. Ja 3.- 13.8.)
ti	15-17.30	
ke	15.30-17.30 / 15-17.30*	* Talent-ryhmä 15 alkaen, muut 15.30 alkaen
to	8.30-10.30*	* Talent-ryhmän treeni (1.-18.6. Ja 3.- 13.8.)
to	15-17	POIKKEUS TO 20.8. 15.30-17.30
pe	16-18	PERUTTU 5.6 (sm), 19.6 (juhannus) ja 14.8. (halli kiinni)

## HARJOITUKSET HEINÄKUUSSA

Heinäkuun harjoitukset: 27.-31.7.  
Paikka: Ulkotreenit, tapaaminen Urhea-hallin ulkokuntosalilla (säälvaraus!)

ma-pe 10-12

Syyskauden harjoitukset alkavat ma 17.8. ja niiden aikataulut tiedotetaan myöhemmin. Valmentaja tiedottaa tarvittaessa mahdollisista peruutuksista / poikkeustapauksista.

## TAPAAMINEN JA HARJOITUKSEN PÄÄTÖS

Ryhmä odottaa valmentajaa katsomossa sinisillä penkeillä istuen. Ylätasanne on vain ohjattuun harjoitteluun. On ehdottomasti muistettava, että kuivalautaa, trampoliinia tai aluetta muutoin ei saa käyttää ilman valmentajan lupaa ja paikallaoloa.

Tapaaminen kuivaharjoitusvaatteissa.

Heinäkuun ulkotreeniviikolla pukeudu sään mukaisiin ulkoliikuntavaatteisiin ja lenkkareihin. Tapaaminen Urheahallin ulkokuntosalilla.

## HARJOITUSMAKSUT

### Vuosimaksu:

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

4 x viikossa	1743,5 €/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 158,5 €/kk)	5
5 x viikossa	2139,5 €/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 194,5 €/kk)	

Huom! Vuoden 2026 alusta alkaen ei myönnetä maajoukkuealennuksia.

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 ja 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 uimahyppäjä Tiirroissa tai haluaa vähentää harjoitusmäärää. Mikäli vuosimaksulla harjoitteleva hyppääjä lopettaa/vähentää harjoittelua, maksaa hän harjoitusmaksun siltä kuukaudelta kun lopettamispäätös on ilmoitettu seuralle ja lisäksi vielä ilmoitusta seuraavan kuukauden ajalta. Jos harjoitusmaksua on ehditty maksaa pidempi aika, tehdään vastaavasti palautus. Lopettamisesta tulee ilmoittaa sähköpostitse osoitteeseen [uimahyppyseuraTiirat@gmail.com](mailto:uimahyppyseuraTiirat@gmail.com).

### Jäsenmaksu:

25 €/kalenterivuosi

Toimintaan voivat osallistua vain Tiirujen jäsenet ja jäsenmaksu lisätään harjoitusmaksuun kalenterivuoden ensimmäisen ilmoittautumisen yhteydessä.

## **KILPAILULISENSSI / VAKUUTUS**

**Kansallisella tasolla kilpailevilla** tulee olla voimassa Uimaliiton -kilpailulisenssi <https://www.uimaliitto.fi/info/lisenssi-2025-2026>. 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/29341/lisenssivakuutukset.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 harjoitukseen vain terveenä ja muista huolehtia hyvästä käsihygieniasta.