



# UIMAHYPYT KEVÄÄLLÄ 2026

## Kehitysryhmä 4

Kehitysryhmä 4 on kilpailemiseen tähtäävä ryhmä, joissa harjoitellaan ahkerasti ja tavoitteellisesti, mutta iloisella mielellä. Kehitysryhmä 4:ssä osallistujalta edellytetään rohkeutta kokeilla uutta sekä omaa intoa oppia uutta sekä sitoutumista harjoitteluun. Ryhmän lapset kilpailevat seuratasolla ja kansallisen tason kisoissa oman taitotasonsa mukaan.

Ryhmä jatkaa syksyn kokoonpanolla ja harjoittelee kolme kertaa viikossa. Jos haluat harjoitella 4 kertaa viikossa, ole yhteydessä toimistoon.

### AIKATAULUT

| Päivä | Klo         | Valmentaja | Huom!         |
|-------|-------------|------------|---------------|
| ma    | 17-18.30    | Eerika     | Alkaa vedellä |
| to    | 17.45-19.15 | Eerika     |               |
| pe    | 16.15-17.45 | Eerika     |               |

### HARJOITUSPAIKKA JA KAUDEN PITUUS

**Paikka:** Mäkelänrinteen uintikeskus

**Kausi alkaa:** KE 7.1.2026

**Kausi päättyy:** PE 29.5.2026

### HARJOITUKSIA EI OLE SEURAAVINA PÄIVINÄ:

- MA-SU 16.-22.2. Talviloma
- TI 10.3. Kevätkilpailu

|         |            |                |
|---------|------------|----------------|
| – KE    | 11.3.      | Koulutuspäivä  |
| – LA    | 21.3.      | NSM-kisa       |
| – TO-MA | 2-6.4.     | Pääsiäinen     |
| – TO-LA | 30.4.-2.5. | Vappu          |
| – TO    | 14.5.      | Helatorstai    |
| – SU    | 24.5.      | Helluntai      |
| – KE    | 27.5.      | Merkkikilpailu |

Lisäksi harjoitukset voidaan perua maanantain osalta yksipäiväisten (la/su) kilpailujen jälkeen ja ma-ti osalta koko viikonlopun kisojen jälkeen. Tämä koskee vain niitä kilpailuja, joihin ryhmä osallistuu.

Tarvittaessa valmentajat tiedottavat erikseen muista poikkeustapauksista.

## MAKSUT

Kehitysryhmä 4 on Tiirujen vuosimaksullinen ryhmä.

### Vuosimaksu:

3-4 kertaa viikossa harjoittelevat kehitys-, kilpa- ja kilpaharrastusryhmät maksavat vuosimaksua.

Vuosimaksu jaetaan laskennallisesti 11 kuukaudelle, sillä heinäkuuta ei laskuteta. Heinäkuussa ryhmällä on pidempi loma. Muut lyhyemmän lomat tai peruutukset, mukaan lukien talvi-, syys- ja joululoma, eivät vaikuta laskutettavaan määrään.

Vuosimaksun määrä:

|              |                                                      |
|--------------|------------------------------------------------------|
| 3 x viikossa | 1435,5 €/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 130,5 €/kk) |
| 4 x viikossa | 1743,5 €/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 158,5 €/kk) |
| 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.

Mahdollisista lisäharjoituksista/tapahtumista yms voidaan periä erillinen maksu.

### **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/vähentämis päätös 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](mailto:uimahyppyseuraTiirat@gmail.com).

### **Jäsenmaksu**

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

### **ILMOITTAUTUMINEN RYHMÄÄN**

Vuosimaksua maksavaan ryhmään ilmoittaudutaan yhden kerran ryhmään tullessa. Sen jälkeen perhe saa kausittain tiedoksi harjoitusajat, mutta ilmoittautumista ei tehdä joka kaudelle uudestaan. Perheen tulee sen sijaan ilmoittaa, jos hyppääjä lopettaa Tiirroissa (ks. maksut yltä).

### **YHTEYSTIETOJEN PÄIVITYS**

Mikäli yhteystietosi ovat muuttuneet, päivitäthän tietosi:

<https://www.ilmari.fi/tietoverkko/isoilmarin.nsf/ilmoittautuminen?openform&s=n&id=597D902C58023924C2258D4700345644>

### **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.p>

Jos lapsi ei vielä kilpaile seuran ulkopuolisissa kisoissa, osallistujilla tulee olla **joko oma vakuutus tai he voivat hankkia Uimaliiton Vesipetoharrastepassin**, joka sisältää vakuutuksen harjoitusten ajaksi (10€). Vesipetoharrastepassin voimassaolokausi on 1.8.–31.7. Tiedotteet päivittyvät Uimaliiton sivuille.

Vesipetoharrastepassi ostetaan suoraan Suomisport.fi -nettisivujen kautta:

<https://www.suomisport.fi/?sport=244>

Lisätietoja vesipetovakuutuksesta:

<https://www.uimaliitto.fi/info/lisenssi-2025-2026/>

<https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/29340/ryhmavakuutukset.pdf>

## KILPAILUT

Kehitysryhmä 4:n hyppääjät osallistuvat lähtökohtaisesti seurakisoihin ja FC-kisoihin. Osa voi päästä kisaamaan myös NSM:iin. Kilpailuista tiedotetaan aina tarkemmin kilpailukohtaisesti kauden aikana.

Seurakilpailut syksyllä (seuran sisäiseen kilpailuun ei tarvita Uimaliiton kilpailulisenssiä):

- Kevätkilpailu ti 10.3.
- Merkkikilpailu ke 27.5.

Kansalliset kilpailut syksyllä (tarvitaan kilpailulisenssi):

- FC1 Kokkola 7.2.
- NSM 20-22.3., (A, B, C-ikäsarjat)
- FC2 Vantaa 23.5.

Vuoden 2026 kisakalenteri päivittyy Uimaliiton kisakalenteriin:

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

Kilpailujen kulut laskutetaan osallistujalta (kilpailumaksu sekä matka- ja majoituskulut yms.). Mikäli kilpailumaksu ei riitä kattamaan kaikkia kisan valmennus- ja muita kuluja, laskutetaan loput kulut kisan hyppääjien kesken jaettuna loppulaskussa.

## SISÄÄNPÄÄSY UINTIKESKUKSEEN VESILIIKUNTAKORTILLA

Uimahalliin sisäänpääsy tapahtuu henkilökohtaisella vesiliikuntakortilla (4 €). Ilmoittautumisen yhteydessä sinun tulee kertoa, omistatko vesiliikuntakortin jo entuudestaan, vai tilataanko sinulle uusi kortti.

- **Yli 7-vuotiaat** Tiirojen jäsenet pääsevät uimahalliin sisään vesiliikuntakortilla.
- **Alle 7-vuotiaille** ei tilata korttia, koska alle 7-vuotiaat pääsevät ilmaiseksi sisään uimahalliin. Jos lapsi täyttää kesken harjoituskauden seitsemän vuotta, tilatkaa kortti jo ilmoittautumisen yhteydessä.
- Vesiliikuntakortti on henkilökohtainen ja pääset sisään **vain oman ryhmäsi harjoitusvuorolle**. Pukeutumaan voi tulla aikaisintaan puoli tuntia ennen oman harjoituksen alkamista.

### Kortin saapuminen ja nouto

- Seura tilaa uusille jäsenilleen vesiliikuntakortin Helsingin liikuntavirastosta. Tiirat tiedottaa

jäseniään sähköpostitse, kun kortit ovat haettavissa.

- Valmiit kortit haetaan ja maksetaan itse **henkilökohtaisesti** Liikuntaviraston uimahalleista: **Pirkkolasta, Itäkeskuksesta, Jakomäestä tai uimastadionilta**, niiden aukioloaikojen puitteissa. Alaikäiselle kortin hakee huoltaja. Huomaathan, että korttia EI SAA MÄKELÄNRINTEEN UINTIKESKUKSESTA tai muista Urheiluhallit Oy:n halleista!
- Vesiliikuntakortti maksetaan samalla, kun haet sen Liikuntaviraston uimahallista (4 €).
- Korttia haettaessa täysi-ikäisen on esitettävä kuvallinen **henkilöllisyystodistus** (ajokortti, passi tai poliisin myöntämä henkilökortti).
- 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.

### **Mikäli vesiliikuntakorttisi häviää**

Vesiliikuntakorttinsa hävittänyt jäsen hakee uuden kortin yllä mainituista Liikuntaviraston uimahalleista. Uusi kortti maksaa 4 euroa.

## **PUKEUTUMINEN JA PESEYTYMINEN**

Lasten pukeutuminen ja peseytyminen ennen ja jälkeen harjoitusajan on vanhempien vastuulla. Lapset käyvät kuiva- ja allasharjoituksen välissä itsenäisesti suihkussa.

## **TAPAAMINEN HARJOITUKSEN ALKAESSA**

Harjoitukset alkavat Mäkelänrinteessä valvojankopin viereisiltä penkeiltä, joista valmentaja hakee ryhmän. Kuivatilaan saa mennä vain valmentajan kanssa ohjatun harjoituksen aikana.

**Huom!** Seuraavat harjoitukset alkavat vesiosuudella ja kuivalle mennään vasta allasharjoituksen perään:

- Kehitysryhmä 4 torstai

Muistathan pakata erilliset kuivaharjoitusvaatteet mukaan.

## **TURVALLISUUSOHJEITA**

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