



Sirkus Uinnit

5.10.2024 klo 16.00

Keravan uimahalli, Tuusulantie 45, 04200 Kerava

Verryttely klo 15.00

6 rataa – 25m, sähköinen ajanotto

Ajoissa huomioidaan 50m hyvitys.



Tervetuloa sirkuskaupunkiin Keravalle. Tässä kirjeessä on käytännön ohjeita kilpailuun liittyen.

Kilpailun seuraaminen

Kilpailun aikataulu, osallistujat, lähtölistat ja tulokset löytyvät sähköisistä järjestelmistä Swimify (<http://live.swimify.com>). Seuran valmentajin tulee asentaa Swimify Coach ja rekisteröityä käyttäjäksi.

Verryttely

Verryttely tapahtuu klo 15.00-15.50 kilpailualtaassa ja tämän jälkeen monitoimiallas on käytössä verryttelyä varten.

Ulkoilu tapahtuu uimahallin pääovesta. Varaueloskäynnit tulee pysyä suljettuina koko kilpailuiden ajan. Allastiloissa kuljetaan sisäkengillä.

Kisainfo

Kisainfo sijaitsee uimahallin aulassa. Kisainfo on auki 14.00 lähtien ja se on auki aina kilpailun päättymiseen saakka.

Joukkueenjohtaja hakee kisakuoret kisainfosta ja jakaa rannekkeet uimareille. Kisakuoret ovat haettavissa klo 14.00 alkaen. Rannekkeilla pääsee portista yhden kerran sisään ja yhden kerran ulos. Varaudu siis pieneen jumppaan, jos kuljet portista useamman kerran läpi.

Hallin puolelle pääsee myös suoraan kahvion ja hallin välisestä ovesta, jolloin jätetään ulkokengät kahvion puolelle.

Rannekkeet palautetaan yhdellä kertaa kisakuoreissa kisainfoon. Kadonneesta rannekkeesta veloitetaan 10 euroa.

Palkinnot ovat noudettavissa kisainfosta noin 15 minuuttia jokaisen lajin hyväksynnän jälkeen.

Kuntosalit eivät ole auki kisojen aikana. Ja oleskelu alakerrassa ei ole sallittua.

Pukuhuoneet

Uimareiden käytössä ovat ryhmä- ja yleispukuhuoneen kaapit. Puku- ja allastiloissa ei saa nauttia ruokaa, ruokailu ainoastaan kahvion puolella.

Keräily ja liikkuminen allasalueella

Uimarit kerääntyvät 10 minuuttia ennen omaa starttia keräilypaikalle terapia-altaalle, jonne kuljetaan kylmäaltaan vierestä. Tästä siirrytään johdetusti erä kerrallaan seuraaville pisteille ja lähtöpalleille saakka.

Lähtöpäädysssä on korit uimareiden vaatteita varten.

Kulkeminen lähtöpalleille ja sieltä pois tapahtuu opetusaltaan ja kilpailualtaan välisellä käytävällä. Rauhoitetaan ikkunanpuoleinen kulkureitti katsojille ja ratatuomarille.

Toiminta startissa

Urheilijat esitellään ennen erän alkua. Tällöin urheilijat kävelevät eräkeräilyn ohjeesta lähtöpaikkojen taakse. Uimarit ottavat varusteensa koreista poistuessaan altaalta. Koreja ei siirretä lähtöpäädystä toimitsijoiden toimesta.

Altaalla ei ole vesiämpäreitä. Ota oma vesipullo mukaan, jos tarvitset vettä esim. kilpailupuvunkasteluun.

Huom. Lajin ollessa kesken ajanottopaneelien yli ei saa ottaa vettä altaasta.

Yleisö

Vanhemmille ja katsojille on varattu ikkunan puoleinen penkkirivi ja valmentajille sekä uimareille varattu opetusaltaan ja kilpailualtaan välinen penkkirivi.

Valmentaja- ja toimitsijakahvit

Valmentajakahvit saa noutaa halutessa lipukkeella kahviosta, joka on ulko-ovea vastapäätä. Uimahallin kahvio on avoinna klo 18.00 asti.

Toimitsijakahvit tarjoillaan Volmari-kabinetissa kisatauolla.

Ulko-ovet

Ulko-ovet ovat auki klo 18 asti, jonka jälkeen ulko-ovet lukitaan ja ovella on aulavahti, joka päästää uimarit ja yleisö sisään.

Ensiapupiste löytyy valvomosta.

Härintäyhdyshenkilö Marjut Hyvönen

Löytötavarat

Toimitetaan kisojen aikana kisakansliaan. Kisojen jälkeen voi kysellä tavaroiden perään osoitteesta toiminnanjohtaja@keravanuimarit.fi

Lisätietoja tarvittaessa Marjut Hyvönen whatsappin kautta 040 5530384.



Tervetuloa Keravalle!