



TUUSULAN LUISTELIJOIDEN KILPAILUOPAS

KAUSI 2025–2026

päivitetty 4.9.2025

Sisällys

Tervetuloa kilpailemaan!	3
Kilpailemisen aloittaminen	3
Kilpailuun osallistumisoikeus ja kilpailupassit	3
Ennen kilpailua	3
Ilmoittautuminen kilpailuun	3
Vahvistus, osallistujaluettelot ja arvonta	4
Peruutukset	5
Kilpailumatkat ja majoitus	5
Kilpailupäivänä	6
Saapuminen ja aikataulut	6
Kilpailumusiikki	6
Asu ja kampa	6
Käyttäytyminen	7
Eväät	8
Kilpailun jälkeen	8
Laskutus	8
Lepopäivä	8
Kilpaileminen ulkomailla	8
ISU-kilpailut ulkomailla	8
Kansainväliset kilpailut	9
Lisätietoja	9

Tervetuloa kilpailemaan!

Kilpailemisen aloittaminen

Ensimmäinen kilpailusarja on tintit ja kilpailemisen aloittamisesta keskustellaan luistelijakohtaisesti valmentajan kanssa. Kukin luistelijä aloittaa kilpailemisen aina oman taidon mukaan.

Kilpailuun osallistumisoikeus ja kilpailupassit

Jokaisella Suomen Taitoluisteluliiton (STLL) jäsen seurassa kilpailevalla tulee olla *kilpailupassi*. Kilpailuihin voivat osallistua kaikki Tuusulan Luistelijoiden kilpa- ja taitajaryhmissä luistelevat kilpailupassin lunastaneet luistelijat.

Jokaisella luistelijalla tulee olla voimassa kilpailuluistelun kattava vakuutusturva. Kilpailupassin oston yhteydessä on mahdollisuus hankkia Pohjolan Sporttiturva-vakuutus. Mikäli luistelijalla on oma, urheilutapaturmakorvaavuusehdon sisältävä vakuutus, voi hän ottaa vakuutuksettoman passin. Vakuutuksen kattavuus pitää selvittää omasta vakuutusyhtiöstä ennen passin hankkimista.

Tarkemmat ohjeet sekä linkit luistelijapassien ostoon löytyvät STLL:n verkkosivuilta osoitteesta:
<https://www.stll.fi/luistelijalle/luistelu-ja-toimihenkilopassit/>

Huomioitahan, että luistelijapassin voimassaoloaika on **1.5.–30.4.** Kesäharjoittelua ja kesän leirejä varten luistelijalla on jo oltava voimassa oleva luistelijapassi.

Ennen kilpailua

Ilmoittautuminen kilpailuun

Seuran valmennustiimi tekee suunnitelman kauden kilpailuista liiton kilpailukalenterin ja seurakilpailukalenterin pohjalta. Suunnitelmaa tarkennetaan kilpailukauden aikana. Kauden kilpailut löytyvät seuran verkkosivujen Kilpailukalenteri-osiosta.

Kaikki kilpailuilmottautumiset tehdään aina seuran verkkosivujen Kilpailuihin ilmoittautumisen-osiossa, jonne ilmoittautuminen avataan kilpailu kohtaisesti. Kilpailun tiedoista näkyy kilpailun yleis tietojen lisäksi aina sarja kenelle kilpailu on tarkoitettu. Kilpailijan huoltajien tehtävänä on ilmoittaa luistelija kilpailuun kilpailukalenteriin merkityn määräajan puitteissa. Kilpailuun ilmoitetaan vain osallistumisestaan ajoissa ilmoittaneet luistelijat. Erillisiä muistutuksia ei lähetetä.

Valmentajat päättävät ilmoittautumisjärjestyksen niiden luistelijoiden kesken, jotka ovat ilmoittaneet halukkuutensa osallistua kyseiseen kilpailuun. Luistelijat ilmoitetaan kilpailuun karsinta järjestyksessä, sillä seurat voivat joutua karsimaan osallistujamääriä. Karsitut luistelijat huomioidaan seuraavien kilpailujen ilmoittautumisjärjestyksissä.

Muutoinkin valmentajat pyrkivät huolehtimaan siitä, että luistelijat saavat tasapuolisesti kilpailuja kauden aikana. Kaikille kilpailu sarjoille ei järjestetä välttämättä yhtä paljon kilpailuja ja toisaalta luistelija, jolla on mahdollisuus lähteä moneen kilpailuun, saa yleensä eniten kilpailuja.

STLL on tehnyt suosituksen kilpailujen määrästä per luistelija kaudella 2025–2026 seuraavasti: (Suositus koskee kotimaan liitonalaisia- sekä kutsukilpailuja.)

SM-seniorit ja SM-juniorit yksilöllinen kilpailumäärä kotimaassa + kansainvälisesti

SM-noviisit 7-8

Seniorit ja juniorit 6-8

Debytantit 6-8

Noviisit, B-debytantit ja debytanttipojat 4-6

A-silmut, B-silmut ja silmupojat 4-6

Minit 4-6

Tintit 1-4

Tähtisarjat 4-6

Taitajat 4-6

Valmentajat suosittavat luistelijoiden osallistuvan STLL:n alaisiin valinta- ja lohkokilpailuihin sekä loppukilpailuihin/finaaleihin, Tähticupin valintakilpailuihin ja niiden finaaleihin, mikäli niitä järjestetään.

Vahvistus, osallistujaluettelot ja arvonta

Ilmoittautumisaajan umpeuduttua järjestävä seura lähettää osallistuville seuroille vahvistuksen ja osallistujaluettelon. Kilpailuun päässeet mainitaan osallistujaluettelossa ja kirjataan kilpailukalenteriin kyseisen kisan osalta Vahvistetut-sarakkeeseen. Karsituista luisteliijoista ei tule erikseen tietoa. Osallistujaluettelot yhdessä vahvistuksen kanssa on luettavissa järjestävän seuran verkkosivuilla. Jokaisen kilpailuun lähtijän on itse seurattava järjestävän seuran verkkosivuja, esimerkiksi aikataulumuutosten osalta.

Luistelujärjestyksen arvonta suoritetaan kutsussa määritettynä aikana, kilpailuista riippuen yleensä vain muutama päivä ennen kilpailua. Arvontatulokset on nähtävissä järjestävän seuran nettisivuilla ilmoitetusta ajasta eteenpäin. Arvontatuloksia ei lähetetä seuroille. Luistelujärjestyksen arvonta on virallinen tilaisuus, jonka jälkeen luistelujärjestystä ei tulisi muuttaa.

Mikäli tiedossasi on mahdollinen este tai muu haaste (esim. aikataulussa) kilpailupäivälle, on huomaavaisempaa jättää ilmoittautumatta kuin jälkikäteen peruuttaa osallistuminen. Näin et vie toisen luistelijan mahdollista paikkaa kilpailussa turhaan.

Peruutukset

Mikäli luisteliija joutuu perumaan osallistumisensa kilpailuun, tulee peruutukset tehdä aina mahdollisimman pian osoitteeseen tl.kilpailut@gmail.com. Peruutukset tulee ilmoittaa myös kilpailuissa mukana olevalle valmentajalle. Tieto kilpailussa mukana olevasta valmentajasta löytyy seuran verkkosivujen Kilpailukalenteri-osiosta.

Jos peruutus tehdään vähintään seitsemän (7) vuorokautta ennen kilpailun arvontaa, peruutuksen voi tehdä kuluitta.

Liiton valinta-/lohko-/loppukilpailujen osalta peruuttaminen arvonnän jälkeen kuluitta onnistuu ainoastaan lääkärin-, sairaanhoitajan- tai terveydenhoitajantodistuksella. Todistus toimitetaan kilpailutiimille sähköpostitse mahdollisimman pian. Kilpailutiimi toimittaa lääkärintodistuksen eteenpäin järjestävälle seuralle, jonka jälkeen lääkärintodistukset hävitetään.

Kutsu- ja tähtiarviointikilpailujen osalta peruutuksen voi tehdä kuluitta vielä yhtä (1) vuorokautta ennen kilpailuvahvistuksessa ilmoitettua arvontapäivää. Tämän ajankohdan jälkeen tehdystä peruutuksesta veloitetaan aina järjestävän seuran ilmoittama osallistumismaksu.

Jos kilpailun joutuu peruuttamaan kilpailupäivänä, tehdään peruutus välittömästi kilpailutiimille osoitteeseen: tl.kilpailut@gmail.com. Peruutukset tulee ilmoittaa myös kilpailuissa olevalle valmentajalle.

Mikäli luisteliija keskeyttää kilpailun, peritään häneltä seuran määrittämä kilpailumaksu.

Huomioitahan, että **peruutukset tehdään aina kilpailutiimille sähköpostitse**, ei koskaan itse suoraan kilpailun järjestäjälle.

Kilpailumatkat ja majoitus

Jokainen kilpailuun osallistuva varaa itse oman majoituksen tarvittaessa. Järjestävät seurat tarjoavat kilpailuihinsa paikallisesti sovittuja majoitustarjouksia, jotka löytyvät järjestävän seuran verkkosivuilta.

Matkat kilpailupaikalle on jokaisen kilpailijan omalla vastuulla. Valmentajat pyrkivät kulkemaan kilpailupaikalle pääsääntöisesti luistelijoiden kyydeillä.

Kilpailupäivänä

Saapuminen ja aikataulut

Kilpailupäivänä on huomioitava joustavan aikataulun käytäntö ja kisapaikalla on oltava vähintään 60 minuuttia ennen oman luistelijan ryhmän alkua. Pitkissä koko päivän kilpailuissa aikataulu voi edistää tai olla myöhässä – varaudu molempiin.

Kilpailumusiikki

Jokaisen kilpailijan kilpailumusiikki siirtyy järjestävälle seuralle pääsääntöisesti STLL:n seurapalvelun Taikkarin kautta. Jokaisen kilpailijan tehtävänä on kuitenkin huolehtia, että kilpailumusiikki on mukana, jos varsinaisen kilpailumusiikin kanssa tapahtuu jotain odottamatonta.

Varamusiikkia voidaan kilpailun järjestäjästä riippuen soittaa joko CD-levyltä tai USB-tikulta. Kilpailijalle on siis varattava mukaan 1 kpl CD-levy sekä USB-tikku. Merkitse sekä levy että USB-tikku luistelijan tiedoilla (seuran nimi, luistelijan nimi, kilpailusarja ja musiikin pituus, esim. 2'53). Varmista ennen kilpailuja, että kaikki varamusiikit toimivat moitteettomasti.

Kahden ohjelman luistelijalla tulee olla LO- ja VO-musiikit erillisillä CD-levyillä sekä USB-tikuilla.

Asu ja kampa

Luistelijan asuun ja kampaukseen liittyen on tarkistettava seuraavaa:

- Luistimet ovat siistit ja nauhat sopivan mittaiset. Jos luisteliija käyttää luistimissa sukkia, sukkien varsien tulee jäädä luistimen varren alapuolelle.
- Kilpailupuku hyväksytetään valmentajilla. Sääntöjen vastaisesta kilpailuasusta tulee pukuvähennys. Puvun toimivuus on hyvä kokeilla harjoituksissa ennen kilpailuihin menoa. Kilpailukauden

edetessä on hyvä säännöllisesti tarkastaa, että kilpailupuku on sopiva ja ehjä. Kilpailupuvun alla voi käyttää tarkoituksenmukaisia alusasuja. Alushousut eivät saa näkyä puvun alta.

- Kilpailusukkahousut ovat sopivat ja ehjät. Ota kilpailupaikalle mukaan myös varasukkahousut. Istu kilpailupaikalla aina jonkun alustan päällä, etteivät kilpailusukkahousut rikkoutu tarttuessaan kiinni penkkiin.
- Kilpailukampaus tehdään valmiiksi kotona. Kampausta voi korjailla vielä kilpailupaikalla. Huomioitava on kuitenkin, ettei pukukopeissa saa käyttää hiuslakkaa.

Käyttäytyminen

Luistelija:

- Muista, että edustat kilpailupaikalla ensisijaisesti itseäsi, mutta myös Tuusulan Luistelijoina sekä valmentajiasi.
- Asiallisella ja rauhallisella käytöksellä osoitat arvostusta kanssakilpailijoita, järjestäjiä ja yleisöä kohtaan.
- Nimikoi omat tavarasi ja pidä ne hyvässä järjestyksessä omalla paikallasi. Laita roskat roskikseen.
- Anna muille keskittymisrauha, älä juokse tai riehu käytävillä tai pukukopeissa.
- Huomioi muut luistelijat jäällä omassa verryttelyryhmässäsi törmäyksien välttämiseksi.
- Luistele aloituspaikalle sekä pois jäältä kauniisti. Muista hymy, se näkyy myös tuomareille ja katsomoon. Muista ohjelman jälkeen niiaukset/kumarrukset tuomareille ja yleisölle.
- Muista, että tuomareita ja muita luistelijoina ei saa arvostella (STLL sääntökirja).
- Kannusta kavereita ja pidä kisoissa iloinen mieli. Esiintymisestä nauttiminen näkyy hymyn tavoin tuomareille, yleisölle ja valmentajille.
- Kun oma suoritus on ohi, vältä ylimääräistä oleskelua pukukopissa.
- Ilmoita valmentajille, kun lähdet kotimatkalta kilpailupaikalta.
- Seuralla on oikeus asettaa luistelijat kilpailukarenssiin epäurheilijamaisen käytöksen vuoksi. Mikäli karenssi asetetaan, seura ei vastaa luistelijalle karenssista aiheutuvasta turhasta kuluista, kuten maksetuista kilpailumaksuista.

Huoltajat:

- Pukukoppialueelle, pukukoppeihin sekä luistelijoiden verryttelytiloihin pääsy on sallittu ainoastaan kilpailijoille ja valmentajille.

- Muista, että tuomareita ja muita luistelijointa ei saa arvostella (STLL sääntökirja).

Eväät

Kilpailupäivä saattaa venyä, joten mukaan on hyvä ottaa riittävästi eväitä. Urheilijan eväät koostuvat terveellisistä vaihtoehdoista. Paras janojuoma on vesi.

Eväät eivät korvaa hyvää aamiaista kilpailupäivänä. Mikäli kilpailut ovat vasta päivällä tai iltapäivällä on hyvä syödä lounas noin kolme tuntia ennen kilpailua. Mikäli ruokailusta on kulunut yli kolme tuntia, tulee syödä terveellinen välipala ennen kilpailua.

Kilpailun jälkeen

Laskutus

Kutsussa mainittu osallistumismaksu on maksu, jonka järjestävä seura perii osallistuvilta luisteliijoilta. Osallistumismaksun järjestävälle seuralle maksaa keskitetysti Tuusulan Luistelijat.

Osallistumismaksun lisäksi kuluja tulee mukaan lähtevän valmentajan jokaisen kilpailupäivän palkka- ja matkakuluista sekä mm. tuomarinneista. Nämä kulut on lisätty kilpailumaksuihin, joiden mukaan kilpailuun vahvistettuja osallistujia laskutetaan kilpailun jälkeen. Lasku tulee olla maksettuna viimeistään eräpäivään mennessä Tuusulan Luistelijoiden tilille.

Kilpailumaksut löytyvät erillisenä liitteenä seuran verkkosivujen Kilpailukalenteri-osiosta. Kilpailumaksut tarkistetaan määräajoin ja mahdollisista muutoksista ilmoitetaan erikseen.

Lepopäivä

Mikäli kilpailut osuvat viikon ainoalle vapaapäivälle, tulee viikkolevosta sopia valmentajien kanssa. Yleisesti mikäli kilpailut ovat sunnuntaina, lepopäiväksi suositellaan maanantaita.

Kilpaileminen ulkomailla

STLL linjauksen mukaan alle 10-vuotiaat eivät saa kilpailla ulkomaan kilpailuissa.

ISU-kilpailut ulkomailla

Ilmoittautuminen ulkomaan kilpailuun tapahtuu samalla tavalla kuin kotimaan kilpailuun ilmoittautuminen seuran verkkosivujen Kilpailuihin ilmoittautuminen-osion kautta.

Seura osallistuu ulkomaan kilpailuun, mikäli ilmoittautuneita on pääsääntöisesti vähintään 10 henkilöä. Minimiosallistujamäärä vahvistetaan kilpailu kohtaisesti.

Ulkomaan kilpailujen hinta määräytyy järjestävän seuran määrittämästä osallistumismaksusta, sekä valmentajan kuluista. Valmentajan kulut jaetaan osallistuneiden luistelijoiden kesken tasan. Ilmoittautuminen on aina sitova ja osallistumismaksun luistelija joutuu maksamaan aina.

Kansainväliset kilpailut

Kansainvälisellä kilpailulla (kv-kilpailu) tarkoitetaan seuran hakemaa ja liiton kilpailijalle osoittamaa kilpailua, johon luistelija on oikeutettu, kun hän on ylittänyt liiton määrittämän pisterajan.

Valmentajan matkasuunnitelma (lennot ja majoitus) tulee hyväksyttää ennen varausten tekemistä Tuusulan Luistelijoiden johtokunnalla. Luistelijalle myönnettävästä kv-kilpailutuesta päätetään johtokunnassa. Kaudella 2025–2026 kv-kisatuki on enintään 350 € + valmentajan päivärahat ja sijaiskulut/luistelija/kausi. Mahdollisista muista kauden aikana tulevista kv-kilpailuista seura maksaa valmentajan päivärahat sekä sijaiskulut.

Lisätietoja

Mikäli sinulla on kilpailemiseen tai kilpailuihin liittyen kysyttävää, ole yhteydessä joko kilpailutiimiin sähköpostitse tl.kilpailut@gmail.com tai valmentajiin.