



TUUSULAN LUISTELIJOIDEN KILPAILUOPAS

KAUDELLE 2020 – 2021

päivitetty 16.09.2021

KILPAILUUN OSALLISTUMISOIKEUS

Kilpailuihin voivat osallistua kaikki Tuusulan Luistelijoiden kilpa- ja taitajat Kultra- ryhmissä luistelevat kilpailupassin (vakuutuksellisen tai vakuutuksettoman) lunastaneet luistelijat.

Kaikissa kilpailuissa ilmoittautumisten yhteydessä on mainittava vähintään luistelijan koko nimi, syntymäaika ja tieto **passista** sekä sen maksupäivä. Luistelijaa ei voida ilmoittaa kisaan ilman kaikkia vaadittuja tietoja.

Passin tiedot täytyy tallentaa kauden alussa luistelijan MyClubiin (ID numero, passin tyyppi ja ostopäivä)

Seuran kilpailuvastaava huolehtii luistelijoiden ilmoittamisesta sekä vaadittavien tietojen toimittamisesta järjestävälle seuralle.

KILPAILUKUTSU

Kilpailukutsut tulevat seuran kilpailuasioista vastaavalle henkilölle, joka toimittaa kutsut edelleen eteenpäin valmentajille. **Valmentajat tekevät päätöksen osallistumisesta kilpailuun.**

Kaikki kilpailuilmottautumiset tehdään aina VAIN oman seuran (TL) kautta, vanhemmat eivät siis saa itse ilmoittaa luistelijoina suoraan kilpailuihin ko. kilpailun kilpailunjärjestäjäseuralle.

Valmentajat päättävät ko. kilpailuun osallistumisesta ja siitä ketä luistelijoina kutsu koskee. Kilpailuvastaava avaa kisailmoittautumisen seuran sivuille.

Muistattehan, että kilpailuihin voi ilmoittautua vasta sen jälkeen, kun kilpailupassi on hankittu ja sitä koskevat tiedot asianmukaisesti kirjattu luistelijan MyClub tietoihin.

Uuden kilpailukutsun ilmestyttyä **Kilpailut** –sivuille, tulee siitä ilmoitus seuran etusivulle **Uusia kilpailuja** -palstalle. Nettisivuilla näkyvät kutsua koskevat luistelijat, jotka ilmoittavat osallistumisensa kisaan määräaikaan mennessä seuran nettisivujen kautta. **Valmentajat päättävät ilmoittamisjärjestyksen** niiden luistelijoiden kesken, jotka ovat ilmoittaneet halukkuutensa osallistua ko. kisaan. Luistelijat ilmoitetaan kisaan karsintajärjestyksessä, sillä seurat voivat joutua karsimaan osallistujamääriä.

Valmentajat pyrkivät huolehtimaan siitä, että luistelijat saavat tasapuolisesti kisoja kauden aikana. Kaikille kilpailusarjoille ei järjestetä välttämättä yhtä paljon kisoja ja toisaalta luistelijat, jolla on mahdollisuus lähteä moneen kilpailuun saa yleensä eniten kilpailuja. Luistelijoiden, jotka valitsevat tarkkaan kilpailut, joihin haluaisivat osallistua, kannattaa varautua siihen, ettei kisapaikkaa haluttuun kisaan aina ole (mm. karsinnat). Valmentajat eivät voi ottaa huomioon muita luistelijan menoja ilmoittaessaan heitä kilpailuihin.

Valmentajat edellyttävät luistelijoiden osallistuvan STLL alaisiin kisoihin (valinta- ja loppukilpailut) sekä AlueCup:n valintakilpailuihin ja niiden finaaleihin. Sekä Silmu A ja Noviiisien SB kilpailuihin, kutsukisojen ollessa enemmän vapaaehtoisia. Näihin kilpailuihin ilmoittautuminen tehdään kuten muihinkin kutsukilpailuihin.

HUOM!

Kutsussa mainitaan aina viimeinen ilmoittautumispäivä, jonka jälkeen ilmoittautumisia ei enää oteta vastaan. **Huolehdithan siis, että käyt ilmoittamassa osallistumisestasi kilpailuvastaavan ilmoittamaan päivään mennessä seuran nettisivuilla!** Kilpailuun ilmoitetaan vain osallistumisestaan ajoissa ilmoittaneet luistelijat. Erillisiä muistutuksia ei lähetetä.

Luistelijaa ei voida ilmoittaa ISU-sarjan kilpailuun, mikäli *Suunniteltu ohjelma* -lomaketta ei ole toimitettu ajoissa.

Lomakkeet löytyvät seuran jäsensivuilta (kohta ohjelmat / testit).

Tuusulan Luistelijoiden omiin kisoihin voivat osallistua kaikki oman seuran luistelijat, joille ko. kisassa on sarja, sekä täyttävät muut vaatimukset osallistuakseen kilpailuun.

ISU-kilpailuraportti

ISU-sarjassa kilpailevan luistelijan tulee täyttää kilpailuraportti viikon kuluessa kilpailun tulosten julkistamisesta. Koskee myös IC-kilpailuja.

Koskee seuraavia sarjoja; A-Silmut (ne kilpailut, joissa käytössä ISU-arviointi), Debytantit, Noviisit, SM-Noviiisit, Juniorit, SM-Juniorit, Seniorit ja SM-Seniorit.

Muistutuksia raporttien puuttumisista ei lähetetä.

Raportti löytyy seuran nettisivuilta <http://www.tlry.net/kilpailut/kilpailuraportti-isu-sarjat/>

VAHVISTUS, OSALLISTUJALUETTELOT, ARVONTA JA PERUUTUKSET

Ilmoittautumisajan umpeuduttua järjestävä seura lähettää osallistujille seuroille vahvistuksen ja osallistujaluettelon. Kilpailuun päässeet mainitaan osallistujaluettelossa. Karsituista luisteliijoista ei tule erikseen tietoa. Osallistujaluettelot yhdessä vahvistuksen kanssa on luettavissa järjestävän seuran nettisivuilla. Jokaisen kilpailuun lähtijän on itse seurattava järjestävän seuran nettisivuja - esimerkiksi aikataulumuutoksia ei aina ilmoiteta muualla.

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

Huomaavaisuudesta järjestävää seuraa kohtaan on toivottavaa, että kaikenlainen ylimääräinen jäisi mahdollisimman vähiin. Mikäli tiedossasi on mahdollinen este tai muu haaste (esim. aikataulussa) kilpailupäivälle, on huomaavaisempaa jättää ilmoittautumatta kuin jälkikäteen peruuttaa osallistuminen.

Koska peruutuksilta ei kuitenkaan täysin voi välttyä. **Kilpailukutsusta tulee jokaisen itse tarkistaa perumispäivämäärä mihin mennessä kilpailun voi kuluitta peruuttaa**, tämän jälkeen järjestävällä seuralla on oikeus periä osallistumismaksu, ellei luistelija toimita lääkärintodistusta loukkaantumisesta/sairastumisesta.

Mikäli sinulla on kisaan liittyvää kysyttävää, ole yhteydessä kilpailuvastaavaan tai valmentajaan, joka ottaa tarvittaessa yhteyttä järjestävään seuraan.

KILPAILUMAKSUT

STLL säännöissä on määritetty enimmäismaksut osallistumismaksuille, jotka järjestävä seura voi periä osallistuvilta seuroilta.

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 kisapäivän palkka- ja matkakuluista ja mm. tuomarinneista (tuomarikulut jaetaan kaikkien kisaan osallistujien kesken). Näistä maksuista koostuu summa, jonka **luistelija maksaa omalle seuralle (TL) kilpailumaksuna seuraavasti:**

Omat kisat omille luisteliijoille	0 €
Kutsu- ja aluekisat tähtiarviointi	45 €
ISU-arviointi 1 ohjelma	60 €
ISU-arviointi 2 ohjelmaa	70 €
Valintakilpailut debytantit ja noviisit	60 €
Valintakilpailut juniorit, seniorit ja SM-Noviiisit	70 €
Valintakilpailut SM-Juniorit ja SM-Seniorit	80€
Liiton alaiset finaalit ja loppukilpailut	0€
Interclub-kilpailut	+10 € kilpailukutsussa mainitun ilmoittautumismaksun lisäksi (ilmoitetaan kilpailukutsun yhteydessä)

Ulkomaankilpailut päätetään kilpailukohtaisesti

Kilpailumaksut tarkistetaan puolivuositain, muutoksista ilmoitetaan luistelijoille.

Lasku kilpailumaksusta lähetetään kilpailuun vahvistetuille osallistujille mahdollisimman pian vahvistuksen tultua ja se tulee olla maksettuna viimeistään eräpäivään mennessä Tuusulan Luistelijoiden tilille.

KILPAILUMATKAT JA MAJOITUS

Jokainen kilpailuun osallistuva varaa itse oman majoituksen tarvittaessa. Mikäli järjestävällä seuralla on sopimus kilpailupäiville majoituksesta, se mainitaan kutsussa ja kutsun mukana tulee majoitustarjoukset, jotka löytyvät myös järjestävän seuran sivuilta. Mikäli Tuusulan Luistelijat hoitaa majoituksia keskitetysti, siitä tulee tieto kilpailuvastaavan kautta.

Ellei toisin mainita, ovat myös matkat kisapaikalle jokaisen kilpailijan omalla vastuulla. Valmentajat pyrkivät kulkemaan kisapaikoille pääsääntöisesti luistelijoiden mukana. Lähialueiden kilpailuihin valmentajat kulkevat aikatauluista riippuen myös omalla autolla.

Lisätietoja kisoihin liittyvissä asioissa saat kilpailuvastaavalta tai valmentajilta.

OHJEITA KILPAILUPÄIVÄLLE JA –PAIKALLE

- Huomioi mahdollinen joustavan aikataulun käytäntö, ole kisapaikalla vähintään 60-90 minuuttia ennen oman ryhmän alkua. Pitkissä kokopäivän kisoissa aikataulu voi edistää runsaastikin eikä puuttuvia luistelijoita jäädä odottelemaan. Aikataulu voi olla myös runsaasti myöhässä, joten varaudu myös siihen!

- **Älä unohda kisamusiikkiasi kotiin!**

Jokainen kilpailija huolehtii itse kilpailumusiikkinsa kisapaikalle. Ota mukaan molemmat CD-levyt siltä varalta, että varsinaisen kisa-CD:n kanssa sattuu jotakin odottamatonta. Vara CD annetaan valmentajalle.

Joihinkin kilpailuihin musiikki toimitetaan sähköisesti mp3 muodossa ja ne soitetaan tietokoneelta. Seura hoitaa luistelijan musiikin toimittamisen kilpailunjärjestäjälle.

- Ennen kilpailuja kannattaa tarkistaa, että molemmat CD:t toimivat moitteettomasti

- **Tarkista myös, että CD:n kanssa lukee selkeästi seuran ja luistelijan nimi sekä kilpailusarja ja musiikin pituus muotoa 2'53 (=2 min. 53 sec.)**

- **Asut ja kampaas:**

Tarkista, että

- Luistimet ovat siistit ja nauhat sopivan mittaiset.

- Kilpailusukkahousut ovat sopivat ja ehjät. Kannattaa ottaa mukaan myös varasukkahousut. Istu kisapaikalla aina jonkun alustan päällä, etteivät kisasukkat rikkoudu tarttuessaan kiinni penkkiin.

- Kilpailupuku on hyväksytetty valmentajilla, sillä sääntöjen vastaisesta kilpailuasusta menee pukuvähennys. Puvun toimivuus pitää kokeilla harjoituksissa ennen kilpailuihin menoa.

- Kilpailupuku on sopiva ja ehjä, eikä alta näy ylimääräiset asusteet/vaatteet. Luistimiin sukat jotka eivät näy luistimen varren yläpuolelle. Jos kilpailupuku on avonainen, sen alle puetaan sopivan kokoinen aluspuku.

- Kilpailukampaas: tee kisakampaas valmiiksi kotona. Kampausta voi korjailla vielä kisapaikalla. Huomioithan, että pukukopeissa ei saa suihkutella lakkaa (kansakilpailijoissa voi olla esim. astmaatikkoja ja kopissa muutoinkin huono ilma).

- **Käyttäytyminen:**

- Muista, että edustat kisapaikalla ensisijaisesti itseäsi, mutta myös Tuusulan Luistelijoita sekä valmentajiasi
- Asiallinen ja rauhallinen käytös koko kisan ajan osoittaa arvostusta kanssakilpailijoita, järjestäjiä ja yleisöä kohtaan
- Nimikoi omat tavarasi ja pidä ne hyvässä järjestyksessä omalla paikallasi. Roskat roskeen!
- Käytävillä ei pidä juosta ja/tai riehua – muille suotava keskittymisrauha
- Jäällä omassa verkassa pitää huomioida muut luistelijat ja törmäyksien välttämiseksi pidä silmät auki.
- Luistele omaan suoritukseesi aloituspaikalle kauniisti (muista hymy, se näkyy myös tuomareille ja katsomoon) ja muista ohjelman jälkeen niiaukset/kumarrukset tuomareille ja yleisölle. Poistu jäältä yhtä kauniisti kuin tulitkin.
- Muista, että tuomareita ja muita luistelijoita ei saa arvostella ääneen (STLL sääntökirja). Koskaan ei tiedä kuka kuulee. Tämä koskee myös vanhempia katsomossa!
- 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 kotimatalle kisapaikalta.
- Seuralla on oikeus asettaa luistelijat kilpailukarensiin epäurheilijamaisen käytöksen vuoksi. Mikäli karensi asetetaan, seura ei vastaa luistelijalle karensista aiheutuvasta turhista kuluista kuten maksetuista kilpailumaksuista jne.

VANHEMMILLE ! Pukukoppeihin sekä pukukoppialueelle ja luistelijoiden verryttelytiloihin sallitaan pääsy vain kilpailijoille ja valmentajille, **vanhempien paikka on katsomossa.**

- **Eväät:**

- Kisapäivä saattaa venyä pitkäksi, joten ota riittävästi evästä mukaan. Urheilijan eväät koostuvat muusta kuin herkuista; juomaksi vesi on paras ja hedelmät (banaani ja sitruhedelmät) ovat hyviä vaihtoehtoja ruuaksi. Ruisleipä on hyvä syödä suorituksen jälkeen. Liika sokeri väsyttää (nostaa ja laskee verensokerin nopeasti). Huomaa, että myös energiapatukat sisältävät runsaasti sokeria.
- Hyvätkään eväät eivät korvaa hyvää aamiaista kisapäivänä! Mikäli kilpailut ovat vasta päivällä/iltapäivällä on hyvä syödä lounas (keittoa/pastaa jne.) noin 3 tuntia ennen kilpailua. Mikäli ruokailusta on kulunut yli 3 tuntia, tulee syödä välipala ennen kilpailua (jugurttia, leipää jne.).

- **Lepopäivä:**

- Mikäli kilpailut osuvat viikon ainoalle vapaapäivälle tulee viikkolevosta sopia valmentajien kanssa. Yleisesti mikäli kilpailut ovat sunnuntaina on lepopäivä hyvä olla maanantai

Tsemppiä kaikille kisoihin!

Valmentajat