

## OHJEET TOUKOKUU UINNIT 2022

**Toukokuu uinnit 2022 kilpailuissa noudatetaan Suomen uimaliiton kilpailusääntöjä sekä järjestävän seuran antamia ohjeita.**

### Joukkueenjohtajien palaveri

Joukkueen johtajien palaveri järjestetään sunnuntaina 22.5.2022 klo 13:30 uimahallin vanhan osan (25m altaan) katsomon ylätasanteelle. Joukkueen johtajien palaverissa tulee olla jokainen joukkue edustettuna.

### Kilpailukanslia

sijaitsee uimahallin toisessa kerroksessa, kahvilan vieressä. Auki su 22.5.22 klo 12:30-20:00.

### Avainrannekkeet

Avainrannekkeet kuitataan seuroittain kilpailukansliasta sunnuntaina klo 12:30 alkaen, ja palautetaan kisojen jälkeen samaan paikkaan. Jos kilpailijoita on runsaasti, silloin osa joutuu jakamaan kaapin. Palauttamattomista avaimista joudumme laskuttamaan 20 €/ kpl.

**Huom! KAAPIT TULEE TYHJENTÄÄ SUNNUNTAINA KISOISTA LÄHDETTÄESSÄ, sillä ne aukeavat yöllä!**

### Verryttelyt

Sunnuntain verryttely alkaa tuntia ennen kisajaksoa eli klo 14.00. Verryttelyaika kisa-altaassa päättyy 10 min ennen jakson alkua. Erillinen 25 metrin allas on käytettävissä verryttelyyn myös kilpailun aikana klo 14:30 alkaen.

### Keräily

Kilpailijan tulee olla **neljä erää tai 10 minuuttia ennen** omaa lähtöä paikalla keräilyssä. Keräily tapahtuu 50 metrin altaan matalassa päädyssä, josta siirrytään johdetusti lähtöön.

**Aika erien välissä on lyhyt, joten paikalla keräilyssä on oltava ehdottomasti hyvissä ajoin!**

**Tulemme käyttämään yllähtöjä**, paitsi kuumat erät. Edellisen erän uimarit jäävät altaaseen rataköyden viereen n. metrin päähän seinästä odottamaan, että seuraava erä on lähtenyt ennen altaasta poistumista. Viimeistä edellisen erän uimarit siirtyvät ripeästi ylös altaasta samalla kun kuuman erän uimarit esitellään. Myös selkäuinnissa käytetään vierestä lähtöjä.

### Peruutukset

Pyrimme tiivistämään aikataulua kaikin keinoin! **Peruutukset tulee tehdä sähköisesti viimeistään 1 tunti ennen jakson alkua!** On uimarin etu, että kilpailussa on mahdollisimman täydet erät.

**Kuuma erä** marssii musiikin tahdissa ohjatusti

### Palkintojen jako

Näissä kilpailuissa palkintojenjakoa ei järjestetä erikseen vaan uimari saa hakea palkinnon kisojen aikana. Kuunnelkaa kuulutusta, oletteko (siis uimarinne) saamassa palkinnon. Seuratkaa tuloslistoja. Palkintojen jako tapahtuu kisakanslian läheisyydessä. Uimari noutaa palkintonsa VUSpalvelupisteeltä. ja palkintojen saajat valokuvataan palkintojen jaon yhteydessä.

### Kisalääkäri

Kisalääkäriä tavoittaa tarvittaessa kisakanslian kautta.

## **Katsomo**

Välttäkää märkänä liikkumista katsomossa, portaista tulee erittäin liukkaat!!  
Ulkojalkineilla liikkuminen suihku-ja allasalueella on ehdottomasti kielletty hygieniasyistä!  
Lasipurkkien vieminen katsomoon ja allastiloihin on kielletty!  
Hätäuloskäyntiovia ei saa aukaista kuin äärettömässä hätätilanteessa!

## **Parkkipaikat**

Kilpailujen aikana 22.5.2022 ei uimahallin parkkipaikkojen aikarajoitus (3h) ole voimassa, vaan saa pysäköidä ilman aikarajoitusta.

## **COVID-ohje**

### **Käytä kasvomaskia oman harkintasi mukaan**

Kasvomaski estää pisaroiden leviämistä ympäristöön. Kun käytät kasvomaskia, suojaat muita tartunnalta.

Suosittellemme, että käytät maskia edelleen julkisissa sisätiloissa ja liikennevälineissä, jos

- hakeudut koronaepäilyn vuoksi hoitoon tai testiin
- sinulla on hengitystieinfektion oireita, mutta sinun on välttämätöntä liikkua kodin ulkopuolella
- tiedät altistuneesi koronavirukselle, esimerkiksi perheessäsi on todettu tartunta, mutta et voi välttää kodin ulkopuolisia lähikontakteja.

Maski suojaa maskityypistä riippuen jonkin verran myös kantajaansa. Vaikka rokotukset suojaavat erinomaisesti vakavalta taudilta, voit yhä saada tartunnan.

### **Hyviä ja jännittäviä kisoja toivottaen**

Vaasan Uimaseura-Vasa Simsällskap