



UIMAHYPPYSEURA TIIRAT

MERKKIKILPAILUT pe 20.12.2013

Kilpailuaika ja -paikka: Perjantaina 20.12. klo 17 alkaen Mäkelänrinteen Uintikeskuksessa. Kilparyhmien verryttely klo 15.15 alkaen ja esikilpa-, kehitys-, kilpaharrastus- ja harrastusryhmien klo 16.15 alkaen. Tapaaminen uimahallin puolella valkoisilla penkeillä, josta valmentajat hakevat hyppääjät.

Kilpailun aikataulu: Kilpailu aloitetaan perussarjalla, jota seuraa vanhempien kilpahyppääjien hyppynäytös. Tämän jälkeen hypätään tasoittain rautamerkki, pronssimerkki, hopeamerkki ja kultamerkki sekä lopuksi aikuisten lajit. Tarkempi aikataulu löytyy perjantaina kilpailupaikalta.

Näytöksen yhteydessä palkitaan Vuoden Tiira sekä vuoden Nuori lupaus. Lisäksi jaetaan kauden tsemppari- ja kiva kaveri -palkinnot. Hallin ylätasanteella on glögitarjoilu.

Ilmoittautuminen sunnuntaihin 15.12 mennessä Ilmarissa. Valmentajat valitsevat hyppääjälle sopivan kilpailutason. Ilmoittautumislinkki löytyy seuran nettisivuilta kohdasta Ilmoittautuminen.

Kilpailumaksu 8 euroa/laji laskutetaan ilmoittautumisen yhteydessä.

Tiedustelut oman ryhmän valmentajalta.

Muutokset & peruutukset: Ilmoittautuminen on sitova. Sairastapauksissa ilmoitus peruutuksesta Sallalle salla.tiirat@gmail.com.

TERVETULOA MERKKIKISOIHIN!

HYPÄTTÄVÄT LAJIT

Perussarjat 1m, taso jaettu 2006 tai myöhemmin ja 2005 tai aiemmin syntyneisiin 100A (eteenpäin hyppy jalat edellä), 200A (taaksepäin hyppy jalat edellä), taittokaato Kädet tulevat hypyn lopussa joko ylös tai alas.

Teline: 1 metrin kerrostaso
Merkkiraja: 12 p (1 tuomari)

Rautamerkki

100A (eteenpäin hyppy jalat edellä), 200A (taaksepäin hyppy jalat edellä), 101C (eteenpäin hyppy kerien pää edellä)

Kädet tulee jättää jalat edellä tulevissa hypyissä alas.

Teline: 1m ponnauslauta
Merkkiraja: 45 p

Pronssimerkki

100A, 200A, veteenmeno + 3 hyppyä eri suuntiin
Kädet tulee jättää jalat edellä tulevissa hyppyissä alas.
Teline: 1 metrin ponnahduslauta, paitsi veteenmeno 3m
Merkkiraja: 110 p

Hopeamerkki

3+3 hyppyä
Teline: 1m ponnahduslauta
Merkkiraja: 150 p

Kultamerkki

5+3 hyppyä
Teline: 1m ponnahduslauta
Merkkiraja: 250 p

Aikuisten perus-, rauta-, pronssi-, hopea- ja kultamerkkisuorituksissa hyvät ovat yllä luetellut.

