



# UIMAHYPYT KESÄ 2021

## KEHITYSRYHMÄ 3

Kehitysrhmä 3 on kilpailemiseen tähtäävä ryhmä, joissa harjoitellaan ahkerasti ja tavoitteellisesti, mutta iloisella mielellä. Kehitysrhmä 3:ssa osallistujalta edellytetään rohkeutta kokeilla uutta sekä omaa intoa oppia uutta sekä sitoutumista harjoitteluun. Ryhmän lapset kilpailevat seuratasolla ja myöhemmässä vaiheessa myös kansallisella tasolla oman taitotasonsa mukaan.

Ryhmä harjoittelee kolme kertaa viikossa. Vuosimaksua maksavat ryhmät eivät ilmoittaudu harjoituksiin erikseen. Pyydämme kuitenkin, että perheet ilmoittavat viipymättä tiedossa olevat omat loma-ajat, jos hyppääjä ei osallistu harjoituksiin. Erityisesti juhannuksen jälkeen tarvittavien valmentajien määrä on riippuvainen osallistuvien urheilijoiden määrästä.

### HARJOITUSAJAT

KAUSI	PÄIVÄ	KLO	PAIKKA	VALMENTAJA	HUOM!
6.6.-23.6	ma	18-19.15	Mäkelänrinne	Sofia	Kr2 ja kr3 yhdessä
	ke	17.45-19	Mäkelänrinne	Sofia	Kr2 ja kr3 yhdessä
	to	18.15-19.30	Mäkelänrinne	Veera	Kr2 ja kr3 yhdessä
27.6.-1.7.	ma	16.15-17.45	UIMASTADION	Sofia	Ek ja kr3 yhdessä
	ti	16-17.30	UIMASTADION	Sofia	Ek ja kr3 yhdessä
	ke	15.45-17.15	UIMASTADION	Sofia	Ek ja kr3 yhdessä
	pe	15.30-17	UIMASTADION	Sofia	Ek ja kr3 yhdessä
1.-5.8.	ma	16.15-17.30	UIMASTADION	Sofia	
	ke	15.45-17	UIMASTADION	Sofia	
	pe	16-17.15	UIMASTADION	Sofia	
8.-18.8.	ma	17.15-18.30	Mäkelänrinne	Sofia	
	ti	18-19.15	Mäkelänrinne	Helmi	
	to	16-17.15	Mäkelänrinne	Sofia	

## HARJOITUSKAUSI

Kesäkuun kausi: 6.6 - 1.7.  
Elokuun kausi: 1.8.-18.8.

Syyskauden harjoitukset alkavat pe 19.8. ja niiden aikataulut saatte heinä-elokuun vaihteessa.

## TAPAAMINEN JA HARJOITUKSEN PÄÄTÖS

**Uimastadionilla kehitysryhmät ja esikilpa** ryhmät tapaavat harjoituksen alkamisaikaan Uimastadionin edessä ulkoporteilla. Tule valmiiksi sään mukaiset ulkoliikuntavaatteet päällä ja lenkkarit jalassa! Kuivaharjoitus tehdään tilanteen mukaan Uimastadionin lähistössä / Uimastadionilla ja ryhmä menee Stadikalle sisään yhdessä. Harjoitukset päättyvät altaalle eli lapset hoitavat pukeutumiset ja suihkut itsenäisesti.

Olethan AJOISSA paikalla, jotta löydät oman ryhmäsi. (Jos myöhästyit, ensisijaisesti yritä soittaa omalle valmentajallesi. Toissijaisesti pyydä valvojaa kuuluttamaan Tiirujen valmentajaa, mutta huomaa, että kuivatreeni voi tapahtua myös stadikan ulkopuolella.)

**Mäkelänrinteen** ryhmät tapaavat ison altaan puolella valvojankopin lähettyvillä valkoisilla penkeillä. Harjoitukset päättyvät altaalle eli lapset hoitavat pukeutumiset ja suihkut itsenäisesti tai vanhempien kanssa.

Tapaaminen kuivaharjoitusvaatteissa, jollei muuta ole ilmoitettu.

## MUKAAN

- Uima-asu ja pyyhe
- Kuivaharjoitusvaatteet. UIMASTADIONILLA SÄÄN MUKAISET ULKOLIIKUNTAVAATTEET JA LENKKARIT
- Uimastadionilla: 50 sentin kolikko kaapin lukitsemista varten (kolikon saa avatessa takaisin)
- Vesiliikuntakortti
- Juomapullo
- käsidesi, jos haluat käyttää henkilökohtaista pulloa
- hiuslenksu pitkähiuksisilla

## MAKSUT

### Vuosimaksu:

3-4 kertaa viikossa harjoittelevat kehitys-, esikilpa- ja kilpaharrastus- ja kilparyhmät maksavat vuosimaksua. Vuosimaksu on jaettu laskennallisesti 11 kuukaudelle, sillä heinäkuuta ei laskuteta. Heinäkuussa ryhmällä on pidempi loma. Muut lyhyemmät lomat tai peruutukset, mukaanlukien talvi-, syys- ja joululoma, eivät vaikuta laskutettavaan määrään.

Vuosimaksun määrä:

3 x viikossa: 1188€ / vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 108€/kk)  
4 x viikossa: 1500€/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 136,36€/kk)

5 x viikossa tai enemmän 1879€/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 170€/kk)

Korkeimmasta, 5x viikossa maksusta, on mahdollista saada n. 20% alennus, jos hyppääjä kuuluu Uimaliiton Maajoukkue-, PM- tai Talent-ryhmään. Maksu silloin on 1500€/vuosi.

Vuosimaksu laskutetaan 3 erässä seuraavasti:

Joulu/tammikuussa 4kk (tammi-huhtikuu)

Huhti/toukokuussa 3kk (touko-elokuu)

Elo/syyskuussa 4kk (syys-joulukuu)

Mikäli haluat maksaa kuukausittain, ole yhteydessä toimistoon.

Laskut lähetetään Ropo Capitalin kautta sähköpostitse.

Lopettaminen:

Vuosimaksua maksaville ryhmille ilmoitetaan aina seuraavan kauden harjoitusajat sähköpostitse, eikä ilmoittautumista tarvitse tehdä enää kausittain. Perheen tulee sen sijaan ilmoittaa, jos hyppääjä ei enää jatka uimahyppyjä Tiirroissa. Mikäli vuosimaksulla harjoitteleva hyppääjä lopettaa, maksaa hän harjoitusmaksun siltä kuukaudelta kun lopettamispäätös on ilmoitettu seuralle ja lisäksi vielä ilmoitusta seuraavan kuukauden ajalta. Jos harjoitusmaksua on ehditty maksaa pidempi aika, tehdään vastaavasti palautus. Lopettamisesta tulee ilmoittaa sähköpostitse osoitteeseen [uimahyppyseuraTiirat@gmail.com](mailto:uimahyppyseuraTiirat@gmail.com).

**Jäsenmaksu:**

15 €/kalenterivuosi

Toimintaan voivat osallistua vain Tiirujen jäsenet ja jäsenmaksu lisätään harjoitusmaksuun kalenterivuoden ensimmäisen ilmoittautumisen yhteydessä.

## **KILPAILULISENSSI / VAKUUTUS**

Kansallisella tasolla kilpailevilla tulee olla voimassa Uimaliiton Blue Card -kilpailulisenssi (<https://www.uimaliitto.fi/info/blue-card-lisenssi-2/>). Kilpahyppääjät on tapaturmavakuutettu harjoituksissa ja kilpailuissa, kun he ovat hankkineet kyseisen kilpailulisenssin. Kilpailulisenssin voimassaolokausi on 1.9.2021-31.8.2022.

Kilpailulisenssin Pohjola Vakuutuksen esite:

[https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/24008/451592f\\_uimaliitto.pdf](https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/24008/451592f_uimaliitto.pdf)

Muilla osallistujilla tulee olla joko oma tapaturmavakuutus tai he voivat hankkia seuran kautta Uimaliiton Vesipetoharrastepassin, joka sisältää vakuutuksen harjoitusten ajaksi (7€).

Vesipetoharrastepassin voimassaolokausi on 1.9.2021-31.8.2022. Kertaalleen kevät- tai syyskaudella hankittu vesipeto on voimassa siis aina kesän 2022 loppuun.

Vesipetoharrastepassin voi ostaa täyttämällä Tiirujen ilmoittautumissivuilla Vesipeto-lomakkeen, minkä jälkeen seura hankkii vesipedot Olympiakomitean Suomisport.fi - palvelusta.

Vesipetovakuutuksen sisällöstä Pohjola Vakuutuksen esite:

[https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/23210/seurojen\\_ryhmavakuutukset.pdf](https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/23210/seurojen_ryhmavakuutukset.pdf)

## **SISÄÄNPÄÄSY / VESILIIKUNTAKORTIT**

Sisäänpääsy sekä Mäkelänrinteeseen että Uimastadionille tapahtuu samalla henkilökohtaisella vesiliikuntakortilla (4 €), joka seuran nykyisillä jäsenillä on jo entuudestaan.

PIDÄ VESILIIKUNTAKORTTI AINA MUKANA! Erityisesti Stadionilla voi olla pitkä jonoja ja ilman vesiliikuntakorttia odotuksesta voi tulla pitkä. Vesiliikuntakortin kanssa voit ohittaa jonon ja näyttää korttia lukijaan.

Vesiliikuntakortti on henkilökohtainen ja sillä voi tulla vain oman ryhmäsi harjoitusvuorolle.

Jos vesiliikuntakortti katoaa, sen voi hakea Liikuntaviraston uimahalleista (**Pirkkola, Itäkeskus, Jakomäki, Uimastadion**) niiden aukioloaikojen puitteissa. Uusi kortti maksaa 4 euroa. Katoamisesta ei tarvitse erikseen ilmoittaa seuralle, vaan liikuntaviraston uimahallien kassat tekevät kortin järjestelmästä jo löytyvien tietojen pohjalta.

## **TURVALLISUUSOHJEITA**

Tulethan harjoituksiin vain terveenä ja muista huolehtia hyvästä käsihygieniasta.