



**Tiirat**  
Helsinki Finland

# UIMAHYPYT KESÄ 2023

## KILPAHARRASTUS NUORET

Nuorten kilpaharrastusryhmä harjoittelee kesällä Mäkelänrinteen uimahallissa 3-4 kertaa viikossa. Ryhmän omat harjoitukset pidetään ti, ke ja pe. Neljä kertaa viikossa harjoittelevilla on lisäksi torstaisin yhteisharjoitus kilparyhmän kanssa.

Vuosimaksua maksavat ryhmät eivät ilmoittaudu harjoituksiin erikseen. Ilmoitathan seurameiliin [uimahyppyseuratiirat@gmail.com](mailto:uimahyppyseuratiirat@gmail.com) viipymättä myös etukäteen tiedossa olevat kesän lomat / poissaolot.

### HARJOITUSAJAT

PÄIVÄ	KLO	RYHMÄ	VALMENTAJA	HUOM
ti	16.15-17.45	Kilpaharrastus NUORET	Julia	
ke	16.15-17.45	Kilpaharrastus NUORET	Julia	
to	18-20	kilpa+KHN	Mikko	x4 treenaaville
pe	16.30-18	Kilpaharrastus NUORET	Julia	

### HARJOITUSKAUSI JA PAIKKA

Kesäkuun kausi: 1.6 - 30.6.

Elokuun kausi: 7.8-18.8.

Kaikki kesän harjoitukset pidetään Mäkelänrinteen uimahallissa.

Syyskauden harjoitukset alkavat ma 21.8. ja niiden aikataulut tiedotetaan heinäkuussa.

### Tiedossa olevat harjoitusten peruutukset:

- pe 23.6. juhannusaatto
- pe 11.8. Urheiluhallien uimahallit kiinni koulutuspäivän vuoksi

Valmentaja tiedottaa tarvittaessa muista mahdollisista peruutuksista / poikkeustapauksista.

### TAPAAMINEN

Ryhmä odottaa valmentajaa katsomossa sinisillä penkeillä istuen. Kuivalautaa ja trampoliinia ei saa käyttää ilman valmentajan lupaa ja paikallaoloa.

Tapaaminen kuivaharjoitusvaatteissa, jollei muuta ole ilmoitettu.

## HARJOITUSMAKSUT

### Vuosimaksu:

3-4 kertaa viikossa harjoittelevat kehitys-, esikilpa- ja kilpaharrastusryhmät maksavat vuosimaksua.

Vuosimaksu jaetaan laskennallisesti 11 kuukaudelle, sillä heinäkuuta ei laskuteta. Heinäkuussa ryhmällä on pidempi loma. Muut lyhyemmän lomat tai peruutukset, mukaan lukien talvi-, syys- ja joululoma, eivät vaikuta laskutettavaan määrään.

Vuosimaksun määrä:

3 x viikossa:	1276€ / vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 116€/kk)
4 x viikossa:	1595€/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 145€/kk)
5 x viikossa tai enemmän	1991€/ vuosi (11 kuukaudelle jaettuna 181€/kk)

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 jatkossa 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:

20 €/kalenterivuosi

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

## KILPAILULISENSSI / VAKUUTUS

Osallistujilla tulee olla **joko Uimaliiton kilpailulisenssi, oma vakuutus tai he voivat hankkia Uimaliiton Vesipetoharrastepassin**, joka sisältää vakuutuksen harjoitusten ajaksi (10€).

Vesipetoharrastepassin voimassaolokausi on 1.9.2022-31.8.2023. Kertaalleen syyskaudella hankittu vesipeto on voimassa siis aina kesän 2023 loppuun.

Vesipetoharrastepassi ostetaan suoraan Uimaliiton nettisivujen kautta.

Suoralinkki vesipedon ostoon: <https://www.suomisport.fi/?sport=244>

Lisätietoja vakuutuksesta: <https://www.uimaliitto.fi/info/lisenssi-2022-2023/> ja [https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/25188/vesipeto\\_ryhmavakuutukset.pdf](https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/25188/vesipeto_ryhmavakuutukset.pdf)

**Kansallisella tasolla kilpailevilla** tulee olla voimassa Uimaliiton -kilpailulisenssi (<https://www.uimaliitto.fi/info/lisenssi-2022-2023/>). Kilpailulisenssiin voi sisällyttää oston yhteydessä Sporttiturva-tapaturmavakuutuksen, joka kattaa harjoitukset, kilpailut ja leirit. Jos lisenssin ostaa ilman vakuutusta, tulee hyppääjällä olla oma kilpaurheilun kattava vakuutus. Lisenssikausi on 1.9.2022-31.8.2023.

Lisätietoa kilpailulisenssin vakuutuksesta:

<https://d2t6wyhz55tig8.cloudfront.net/assets/files/25187/kilpailulisenssit.pdf>

### **SISÄÄNPÄÄSY UINTIKESKUKSEEN VESILIIKUNTAKORTILLA**

Uimahalliin sisäänpääsy tapahtuu henkilökohtaisella vesiliikuntakortilla (4 €). Seuran nykyisillä jäsenillä on muoviset vesiliikuntakortit jo olemassa. Niille liikuntavirasto lataa uudet harjoitusajat seuraavaa kautta varten. Korttia ei tarvitse siis hakea mistään vaan kortti on suoraan käyttövalmis.

Vesiliikuntakorttinsa hävittänyt jäsen hakee uuden kortin yllä mainituista Liikuntaviraston uimahalleista (**Pirkkolasta, Itäkeskuksesta, Jakomäestä tai Uimastadionilta**) niiden aukioloaikojen puitteissa. Uusi kortti maksaa 4 euroa.

### **TURVALLISUUSOHJEITA**

Tulethan harjoituksiin vain terveenä ja muista huolehtia hyvästä käsihygieniasta.