

Keski-Suomen ala- ja yläkoulujen uintikilpailut keskiviikkona 30.10.2024

Aaltoalvarissa Jyväskylässä.

Kilpailut alkavat klo 10. Verryttelymahdollisuus klo 9-10. Kilpailut uidaan puolitetulla 50 metrin altaalla. Tarkempi aikataulu ja ilmoittautumisluekkelo julkaistaan ilmoittautumisen päätyttyä Jyväskylän Aallon nettisivuille (<https://www.jklaalto.fi/>).

Ilmoittautumiseen: <https://www.lyyti.in/KLLKSuinti24>

uimarin nimi, kunta, koulu ja sarja (+ilmoittajan tiedot), lisäksi lisenssiuimareilta 50 m vapaauintin tilasto aika, jos sellainen löytyy

Viimeinen ilmoittautumispäivä keskiviikko 23.10.2024. klo 18.00

Sarjat ja matkat:

Lisenssittömät uimarit:

tytöt 1-2 lk. 25m vapaauinti (25m matkoilla startti ilman starttipallia altaan keskisillalta)

pojat 1-2 lk. 25m vapaauinti (25m matkoilla startti ilman starttipallia altaan keskisillalta)

tytöt 3-4 lk. 25m vapaauinti (25m matkoilla startti ilman starttipallia altaan keskisillalta)

pojat 3-4 lk. 25m vapaauinti (25m matkoilla startti ilman starttipallia altaan keskisillalta)

tytöt 5-6 lk. 50 m vapaauinti

pojat 5-6 lk. 50 m vapaauinti

tytöt yläkoulu 50 m vapaauinti

pojat yläkoulu 50 m vapaauinti

Lisenssiuimarit:

tytöt 1-2 lk. 50 m vapaauinti

pojat 1-2 lk. 50 m vapaauinti

tytöt 3-4 lk. 50 m vapaauinti

pojat 3-4 lk. 50 m vapaauinti

tytöt 5-6 lk. 50 m vapaauinti

pojat 5-6 lk. 50 m vapaauinti

tytöt yläkoulu 50 m vapaauinti

pojat yläkoulu 50 m vapaauinti

Käännöksessä uimarin (mikä tahansa osa) tulee koskettaa seinää. Sukeltaa ei saa yli 15 metriä.

Kilpailutapahtuma on maksuton. Uimareiden tulee ilmoittaa kassalla osallistuvansa koululaisten uintikilpailuihin. Muiden kuin Jyväskylän kaupungin oppilaiden uimahallimaksuista huolehtii tänäkin vuonna Koululiikuntaliiton Keski-Suomen alue.

Lisätietoja:

Samuli Pentinniemi

KLL-aluevastaava Keski-Suomi

samuli.pentinniemi@edu.jyvaskyla.fi

Käytännön ohjeita uimakilpailuun saapuille:

Ole paikalla ajoissa.

- Rannekkeen saa aulasta, joko kassalta tai opettajalta, aikaisintaan 15 minuuttia ennen verryttelyn alkamista.
- Kilpailun aikataulu ja lähtölistat tulostetaan verryttelyajan alkaessa, joten oman erän pääse tarkistamaan noin 45 minuuttia ennen kisan alkua. Lähtölistat löytyvät kahvion lasiseinistä. (Alustavat versiot toimitetaan kouluille pari päivää ennen kisoja.)
- Muista aina, että aikataulu on vain suuntaa-antava, kisojen etenemistä pitää seurata koko ajan.
- Muista lämmitellä hyvin ennen kilpailua ja pysyä lämpimänä omaan lähtöön asti. Laita verran ja oman lähdön välissä lämmintä päälle esim. T-paita ja shortsit uikkarin lisäksi.

Mene erien keräilyyn ajoissa.

- Jos et tiedä missä se on, kysy opettajalta, ohjaajalta tai joltain Jyväskylän Aallon henkilöltä. Aallon henkilöt tuntee mustasta paidasta, jonka selässä lukee Jyväskylän Aalto.
- Erien keräilyyn tulee mennä viimeistään 2 erää ennen omaa erää, mutta sinne voi hyvin mennä jo hieman aiemminkin. Muista, että eri lajeissa on usein eri määrä eriä. Erien keräilyssä kerätään kunkin erän uimarit ratajärjestyksen mukaiseen jonoon ja sieltä yhdessä siirrytään erien keräilijän johdolla lähtöpäähän.

Toimi reippaasti lähdössä.

- Saavuttuasi oman lähtökorokkeen (25m matkalla altaan keskikohdalla) kohdalle valmistaudu lähtöön. Riisu mahdolliset ei-uimavaatteet ja laita lakki ja lasit päähän, jos ne eivät vielä ole.

- Seuraavaksi kilpailunjohtaja puhaltaa useita vihellyksiä pilliin, jolloin pitää siirtyä lähtökorokkeelle tai hypätä altaaseen, mikäli lähtee alhaalta, ja mennä lähtöasentoon.
- Lähettäjä huutaa: "Paikoillenne", jolloin ollaan lähtövalmiina eikä enää saa liikkua. Tämän jälkeen tulee nopeasti jo seuraava vaihe.
- Seuraava kova äänimerkki onkin jo lähtömerkki, sillä lähdetään uimaan :)

Poistu altaasta sivukautta.

- Saavuttuasi maaliin, odota omalla radalla, että muutkin uimarit pääsevät maaliin. Tässä kohtaa voit kurkata aikasi näyttötaululta oman ratasi kohdalta.
- Kun kaikki (tai ainakin oma puolesi) ovat maalissa, poistu altaasta reippaasti sivukautta, radat 1-4 radan 1 puolelta ja radat 5-8 radan 8 puolelta. Altaan päästä, missä on keltamustat ajanottolevyt, ei saa missään nimessä nousta ylös.

Hyvin uitu :)

- Mitalit jaetaan koko kisan loppuksi.
- Tulokset tulostetaan kunkin lajin jälkeen kahvion lasiseiniin sekä lähetetään kouluille.

