



VANTAAN PÄRSKEET

Myyrämäki, 30.09.2017 klo 10.00

Ohjeita valmentajille ja uimareille

### **Avainkortit**

Avainkortit kuitataan aulassa. Kaikki oman seuran kortit tulee palauttaa kisakuoreissa aulassa olevaan laatikkoon.

### **Peruutukset**

Peruutukset tehdään sähköisesti. Jokaiselle seuralle on oma tunnuksensa palveluun, jotka on lähetetty sähköpostilla seuroille ja löytyvät myös seurakuoresta. Peruutuksia otetaan vastaan aamulla klo 9:00 asti ja iltapäivällä klo 15:00 asti. Peruminen ei kuitenkaan vapauta startin maksuvelvollisuudesta.

### **Jälki-ilmoittautumiset**

Jälki-ilmoittautumisia otetaan vastaan kilpailupaikalla klo 9.00 asti niihin lajeihin joiden erissä on vielä tilaa. Ilmoittautumiset tehtävä kirjallisesti kansliasta saatavalla lomakkeella. Kaikista jälki-ilmoittautumisesta veloitamme kolminkertaisen ilmoittautumismaksun eli 24 euroa *käteisellä tai maksukuittia vastaan*.

### **Viestijoukkueet**

Kisoissa, toisen jakson ensimmäinen ja toinen laji on 4 \* 50m vapaauintiviesti. Jos joukkueen kokoonpanon joutuu muuttamaan, se tulee tehdä tuntia ennen kilpailujakson alkua sähköisesti!

### **Pukuhuone ja allastila**

Suuren osallistujamäärän vuoksi allas- ja pukuhuonetilat on varattu *ainoastaan uimareille ja valmentajille!* Toisen kerroksen kahviossa, kokoushuoneessa ja jumppasalissa on tilaa yleisölle.

### **Verryttely**

Verryttelyaika alkaa klo 9.00, allas on pidettävä tyhjänä kunnes kuuluttaja myöntää luvan. Verryttelyaika päättyy klo 9.50. Rata 1 on varattu piikeille klo 9.30 alkaen. Kilpailun aikana verryttelyyn on käytettävissä hyppyallas ja terapia-allas.

### **Kokoontuminen**

Kokoontuminen kisa-altaan käänöspäässä noin kolme erää ennen omaa starttia. Kulloinkin kokoontumisessa oleva erä ilmoitetaan numerotaululla kokoontumispaikan läheisyydessä. Kaikkien uimareiden tulee olla paikalla kokoontumisessa!

### **Eränäyttö**

8. radan takana näytetään kulloinkin menossa oleva laji- ja eränumero.



VANTAAN PÄRSKEET

Myyrmäki, 30.09.2017 klo 10.00

### **Ensiapu**

Ensiapupiste löytyy toimitsijoiden taukotilasta, allastilan ja eteisaulan väliseltä käytävältä. Häätötilanteessa seuraa kuuluttajan antamia ohjeita.

### **Startit**

Lähdöt tapahtuvat yllähdöillä kaikissa lajeissa myös selkäuinneissa. Altaasta poistutaan vasta uuden erän lähdettyä matkaan, poikkeuksena on 25 m uinnit joissa uimari nousee heti maalin tulon jälkeen altaasta ylös. Uimareiden *tulee lajinsa päätyttyä asettua köyden viereen irti seinästä ja heidän tulee odottaa siinä liikkumatta ja hiljaa*. Poikkeaminen tästä voi johtaa ko. uimarin hylkäämiseen!

### **Palkintojenjako**

Tiukan aikataulun vuoksi kilpailuissa ei ole erillistä palkintojenjakotaukoa. Palkinnot jaetaan yläkerran katsomotilana käytettävässä salissa kilpailujen aikana. Palkinnon voi noutaa heti virallisten tulosten saavuttua.

### **Ruokailu**

Hallilla ei mahdollisuutta ruokailuun. Ruokailu mahdollista hallin vieressä olevassa lounasravintola Allun Grillissä tai sitten 400 m päässä Kauppakeskus Myyrmannin ravintolamaailmassa.

### **Lähtölistat ja tulokset**

Lähtölistat aulasta, katsomosta sekä allastiloista allaskartan mukaisesti. Tulokset toimitetaan em. paikkoihin pois lukien pukuhuoneet. Osallistujalistat ja muut ohjeet ovat löydettävissä Live Timingista torstai-illasta alkaen. Tulokset päivittyvät sivuille aina kunkin lajin päätyttyä.

**TERVETULO A MYYRMÄKEEN!**