IKM kilpailut | ALUEKILPAILUT

KILPAILUOHJEET IKM-aluekilpailu Etelä-Suomi 1, ESPOO 13.-15.11.2026

Päivitetty
-

KILPAILUPAIKKA

Espoonlahden uimahalli, Espoonlahdenkuja 4, 02320 Espoo, p. 09-81657562.
Kilpailu uidaan 25 metrin altaassa kahdeksalla radalla.

TERVEYSTURVALLISUUS

- Tule kilpailemaan ja toimitsijatehtäviin täysin terveenä

JOUKKUEENJOHTAJIEN KOKOUS

Joukkueenjohtajien kokous järjestetään 13.11.2026 klo 15.30-15.45 tuloaulan kuntosalissa ja osallistumismahdollisuus myös Teams'n kautta. Ilmoittakaa joukkueenjohtajan email-osoite (kilpailukoordinaattori@cetus.fi) kutsun lähettämistä varten.

KISATOIMISTO

Joukkueiden johtajille jaetaan kisakuoret kisatoimistossa perjantaina 13.11.2026 klo 14.45 alkaen.

Kisatoimisto sijaitsee katsomon ylätasanteella.

Kisatoimisto on avoinna lauantaina ja sunnuntaina kaksi (2) tuntia ennen jakson alkamista ja suljetaan puoli tuntia jakson päättymisen jälkeen.

NUORTEN UIMAREIDEN UIMA-ASU RAJOITE

Uimarin ikä määritellään kunkin vuoden viimeisen päivän perusteella. 12-vuotiaiden ja sitä nuorempien uimareiden uima-asun lahkeen pituus ei saa yltää reiden puolivälin alapuolelle ennen 1. elokuuta kulloinkin kuluvaa vuotta. 1. elokuuta jälkeen rajoitus koskee 11-vuotta ja sitä nuorempia uimareita kuluvan vuoden loppuun asti.

Lisätiedot: Uimaliitto säännöt

AIKATAULU

Kilpailun aikataulu löytyy Swimify-sovelluksesta. Jakson aikana aikatauluun tulevista merkittävistä muutoksista tiedotetaan kuulutuksin.

Aikataulu

	aamujakso	iltajakso
perjantai		klo 17.00, verryttely 15.30-16.45
lauantai	klo 10.00, verryttely 8.30-9.50	klo 17.00, verryttely 15.30-16.50
sunnuntai	klo 10.00, verryttely 8.30-9.50	klo 16.00, verryttely 14.30-15.50

Lajiohjelma kisakutsun mukaisesti.

Uimareita pyydetään käyttämään esim. omaa juomapulloa uima-asun kasteluun. Käynnissä olevan erän aikana altaan päädyn yli ei saa ottaa vettä.

VERRYTTELY

Verryttely kilpailun aikana tapahtuu altaan kahvion puoleisessa osassa tai opetusaltaassa. Kilpailualtaassa ei saa käyttää räpylöitä tai lättäreitä.

Nuorimmille uimareille (T10-11 ja P10-11) on varattu rata 8. Race pace rata on rata 7 ja startit radalla 1.

JÄLKI-ILMOITTAUTUMINEN

Jälki-ilmoittautuminen on mahdollista kilpailun ensimmäiseen jakson peruutusaikaan saakka. Edelliseen päivään asti tämän voi tehdä Tempuksessa ja sen ajankohdan jälkeen kilpailupaikalla kilpailunjohtajalle (kisatoimisto) viimeistään 13.11.2026 kello 1600.

PERUUTUKSET

Kilpailijan osallistuminen yhteen tai useampaan lajiin voidaan peruuttaa.

Peruutukset on tehtävä sähköisesti ilmoittautumisjärjestelmässä, jossa peruutukset voi tehdä ilmoittautumisajan päättymiseen asti. Tämän jälkeen peruutukset tehdään sähköisessä peruutusohjelmassa (Swimify coach -app) tai kirjallisesti yksi tunti (1) ennen kilpailujakson alkua kisatoimistossa.

KERÄILY

Keräilyssä on käytössä kolme pistettä. Keräily1 ja keräily 2 sijaitsevat opetusaltaan reunalla ja keräily3 kilpailualtaan ikkunaseinän puolella tulostaulun alla. Uimarit siirtyvät keräilypisteiden välillä ohjattuna. Starttiin siirrytään keräily3:sta järjestyksessä radan 8 uimari, radan 7 uimari, jne., radan 1 uimari.

Uinnin jälkeen poistutaan altaan katsomon puoleista sivua pitkin.

YLEISÖKATSOMO

Katsomo on kilpailun aikana avoinna yleisölle.

Lasiesineiden vieminen katsomoon ja allasalueelle on kielletty loukkaantumisriskin vuoksi.
Jokaista katsomossa vierailijaa pyydetään huolehtimaan katsomon siisteydestä ja laittamaan roskat roskiksiin.

Katsomoon ei saa mennä märkänä loukkaantumisriskin vuoksi, sillä lattiasta tulee liukas.

VALMENTAJAKATSOMO

Valmentajat voivat seurata uinteja paikaltaan myös altaan ja yleisökatsomon välisellä käytävällä seinän vieressä. Kirittäminen tällä alueella on kielletty. Alueella on varmistettava esteetön uimareiden ja ratatuomareiden liikkuminen ja alue ei tarkoitettu pidempi aikaiseen oleskeluun.

TULOSPALVELU

Kilpailussa käytetään Swimify:n sähköistä tulospalvelua.

PALKINTOJEN JAKO

T10-12 ja P10-12 ikäsarjoissa kilpailukutsun ja aikataulun mukaisesti.
Kokoontuminen 5 minuuttia ennen palkintojen jaon alkua opetusaltaan päädyssä palkintopallin takana.

RUOKAILU

Kilpailujen aikaista ruokailua voi tiedustella uimahallin kahviosta Cafe Lahti (cafelahti@windyday.fi, 0447021234). Vierailevien seurojen valmentajille on varattuna kahvia ja välipalaa takkahuoneen vieressä olevaan huoneeseen (käynti allasalueen kahvion puoleisesta päädystä).

LÄÄKÄRI

Kilpailun aikana uimahallin kahvion puoleisessa päädyssä sijaitsevasta hallinvalvojan huoneesta löytyy ensiaputarvikkeet ja kisatoimistossa on myös ensiapulaukku. Kisapaikalla ei ole erikseen varattua lääkäriä. Akuutissa tapauksessa tukeudutaan kaupungin sairaanhoitopalveluun (112) ja toimitaan hallin valvojan ohjeiden mukaisesti.

LÖYTÖTAVARAT

Löytötavarat kootaan jaksojen jälkeen kisatoimistoon ja kilpailujen jälkeen löytötavaroita voi tiedustella Cetuksen kilpailukoordinaattorilta kahden viikon ajan kilpailuiden päättymisen jälkeen (kilpailukoordinaattori@cetus.fi). Löytötavarat lähetetään vastaanottajan kustannuksella tai erikseen sovitusti nouto.

PARKKIPAIKAT

Uimahallin parkkipaikalla ei ole pysäköintiajan valvontaa aikarajoitteisilla paikoilla kilpailun aikana.

Alue on muuten pysäköinnin valvonnan piirissä samoin kuin uimahallin parkkipaikalla erillisen pysäköintiluvan edellyttävät paikat ja alueella on aluepysäköintikielto. Viereisen kuntosalin parkkipaikat ovat ainoastaan kuntosalin asiakkaiden käytettävissä.

Tervetuloa kisaamaan iloisella mielellä Espoonlahden uimahalliin!