



Päivitetty 17.11.2022

# Kaukaveden Syysprintit

## Vesiliikuntakeskus Kaukavedessä 19.11.2022,

Jokikatu 5, 87100 Kajaani.

### Yhteistyökumppanit



# Tervetuloa Kajaaniin ja Kaukaveden vesiliikuntakeskukseen

Tässä ohjeita turvalliseen ja miellyttävään uintikisaan.

## **Tulethan kilpailuihin terveenä!**

Uimahalli on suljettu asiakkailta kilpailujen ajan. Lauantai-aamuna monitoimialtaalla on vauvauintia ja muita ryhmiä klo 8–12, joten kyseinen puoli ei ole tuolloin käytössä.

**Yleisö** on tervetullut kisoihin. He voivat seurata kilpailuja kahviosta.

**Rannekkeilla** lukitaan pukuhuoneen kaapit ja kuljetaan aulan portista läpi. Jokainen uimari saa oman rannekkeen. Valmentajat hakevat rannekkeet kokoustilasta. Kokoustila sijaitsee kahvion päädyssä, kun astutaan sisään uimahalliin.

Valmentaja palauttaa kaikki rannekkeet kokoustilaan kisan jälkeen. Yksittäin palautettuja rannekkeita ei oteta vastaan. Uimahalli laskuttaa seuroja kadonneista rannekkeista 6 €/per ranneke.

**Pukuhuone.** Seurat voivat vapaasti valita omat kaapit. Kaapit lukittuvat rannekkeilla. (Ryhmäpukuhuoneet on varattu Kajaanin Uimaseuralle). Seurojen vastuuhenkilöitä pyydetään huolehtimaan, että pukuhuoneet pysyvät ja jätetään siistiin kuntoon ja roskat yms. ovat oikeissa paikoissa.

**Verryttely** kilpailultaassa ennen kilpailujakson alkua on klo 10.30–11.45. Kilpailuiden aikana on mahdollisuus verrytellä neljällä 25 m:n radalla. Kisa-altaassa voi verrytellä kilpailuaikatauluun merkityn pidemmän tauon aikana. Kisaverryttelyn ajan pukuhuoneiden puoleinen reunarata on varattu startteja varten.

Keräily sijaitsee pikkulasten kahluualtaan edessä. Uimarin (valmentajan) on huolehdittava, että uimari on ajallaan keräilyssä.

Alustava aikataulu on julkaistu Kaukaveden Syyssprinttien livetiming -sivuilla. Lähtölistat löytyvät allasalueen seinältä ja livetiming-sivuilta. Paperisia lähtölistoja ei jaeta.

**Kahvio** on auki klo 10–17.

**IHSC Uintivarustemyynti** on Kaukaveden aulassa klo 11 alkaen. Tarjolla on Arenan ja Speedon uintivarusteita. Myyntipiste on auki kilpailujen päättymiseen asti.

Aulassa on **Metrilakumyynti** kilpailujen ajan.

**Muuta.** Saunat ovat lämpimät kisojen päättymiseen asti (omat istuinalustat). Kahvion päädyn portaikosta voi myös kulkea altaalle.

**HUOM!** Allasalueelle ei saa tuoda eväitä! Eväitä voi syödä pukkarissa tai kahviossa.

Kajaanin Uimaseura toivottaa kaikki uimarit, valmentajat ja huoltajat lämpimästi tervetulleiksi  
**Kaukaveden Syysprintteihin!**