



**Cetus Espoo järjestää avoimet kansalliset Laviaarit uintikilpailut 2.-3.5.2020
Espoonlahden Uimahallissa (Espoonlahdenkuja 4 02320 Espoo), 50 m radalla.**

LAJIOHJELMA

La 2.5. klo 9:30

1. T 14-15, N 50 m vu
2. P 15-16, M 50 m vu
3. T 14-15, N 100 m pu
4. P 15-16, M 100 m pu
5. T 14-15, N 200 m su
6. P 15-16, M 200 m su
7. T 14-15, N 100 m ru
8. P 15-16, M 100 m ru
9. T 14-15, N 200 m vu
10. P 15-16, M 200 m vu
11. T 14-15, N 50 m su
12. P 15-16, M 50 m su
13. T 14-15, N 200 m sku
14. P 15-16, M 200 m sku

45 min tauko

15. T 14-15, N 1500 m vu
16. P 15-16, M 1500 m vu
17. T 13-15, N 800 m vu
18. P 14-16, M 800 m vu

Su 3.5. klo 9:30

33. T 10-11, 12-13 200 m sku
34. P 10-11 50 m ru
35. T 9-10 50 m ru
36. P 12, 13-14 100 m vu
37. T 11, 12-13 100 m vu
38. P 10-11 50 m su
39. T 9-10 50 m su
40. P 13-14 100 m pu
41. T 12-13 100 m pu
42. P 10-11, 12-14 200 m vu
43. T 9-10, 11-13 200 m vu

45 min tauko

Laji 19 alkaa aikaisintaan klo 1700

19. T 14-15, N 50 m ru
20. P 15-16, M 50 m ru
21. T 14-15, N 200 m pu
22. P 15-16, M 200 m pu
23. T 14-15, N 100 m su
24. P 15-16, M 100 m su
25. T 14-15, N 400 m sku
26. P 15-16, M 400 m sku
27. T 14-15, N 100 m vu
28. P 15-16, M 100 m vu
29. T 14-15, N 50 m pu
30. P 15-16, M 50 m pu
31. T 14-15, N 200 m ru
32. P 15-16, M 200 m ru

Su 3.5. klo 16:30

44. P 11-12, 13-14 200 m sku
45. T 9-10, 11 50 m pu
46. P 10-11, 12 50 m pu
47. T 11, 12-13 100 m su
48. P 12, 13-14 100 m su
49. T 9-10 100 m vu
50. P 10-11 100 m vu
51. T 11, 12-13 100 m ru
52. P 12, 13-14 100 m ru
53. T 11, 12-13 400 m vu
54. P 12, 13-14 400 m vu

Verryttely: Verryttely alkaa tuntia ennen aamujakson alkua. Kilpailuiden aikana verryttelykäytössä on lastenallas. Lisäksi lajien 14 ja 18 jälkeen on noin 45 min verryttelymahdollisuus kisa-altaassa. Laji 19. alkaa aikaisintaan klo 17, joten lajin 18. jälkeinen verryttelytauko voi olla pidempi.

Osallistumisoikeus: Uimari saa osallistua kilpailuissa vain oman ikäsarjansa lajeihin (nuorimmat osallistujat ovat T9 ja P10). Järjestävällä seuralla on tarvittaessa oikeus rajoittaa osallistujamäärää lajeissa 15. T14- 15, N 1500 m vu ja 16. P15-16, M 1500 m vu yhteen erään ja lajeissa 17. T13-15, N 800 vu ja 18. P14-16, M 800 m vu kolmeen erään.

Ilmoittautumiset Tempukseen 26.4.2020 mennessä.

Tiedustelut: *kilpailukoordinaattori@cetus.fi*

Starttimaksut: 9€ / startti maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä Cetuksen tilille: Nordea IBAN FI59 1432 3000 2198 73

Jälki-ilmoittautuminen: Jälki-ilmoittautuminen on mahdollista vain, mikäli lajeissa on tilaa. Tällöin ilmoittautumisesta peritään kolminkertainen starttimaksu.

Ruokatilaukset: info@windyday.fi keskitetysti seuroittain, viimeistään 26.4.2020 mennessä.

TERVETULOA ESPOONLAHTEN !