



**Cetus Espoo järjestää avoimet kansalliset Laviaarit uintikilpailut 27-28.4.2024
Espoonlahden Uimahallissa (Espoonlahdenkuja 4, 02320 Espoo), 50 m radalla.**

LAJIOHJELMA

La 27.4. klo 9:00

1. P -10, 11, 12, 13-14, 15-16, M 200 m vu
2. T -10, 11, 12, 13-14, 15-16, N 200 m vu
3. P 11, 12, 13-14, 15-16, M 100 m su
4. T 11, 12, 13-14, 15-16, N 100 m su
5. P -10, 11, 12, 13-14, 15-16, M 50 m ru
6. T -10, 11, 12, 13-14, 15-16, N 50 m ru
7. M 200 m mysteerisekari* by altaalle.com
8. N 200 m mysteerisekari* by altaalle.com

Su 28.4. klo 9:00

17. T -10, 11, 12, 13-14, 15-16, N 100 m vu
18. P -10, 11, 12, 13-14, 15-16, M 100 m vu
19. T 13-14, 15-16, N 200 m su
20. P 13-14, 15-16, M 200 m su
21. T -10, 11, 12, 13-14, 15-16, N 50 m pu
22. P -10, 11, 12, 13-14, 15-16, M 50 m pu
23. T 13-14, 15-16, N 400 m sku
24. P 13-14, 15-16, M 400 m sku

La 27.4. klo 17:00*

9. P 11, 12, 13-14, 15-16, M 100 m pu
10. T 11, 12, 13-14, 15-16, N 100 m pu
11. P 11, 12, 13-14, 15-16, M 400 m vu
12. T 11, 12, 13-14, 15-16, N 400 m vu
13. P -10, 11, 12, 13-14, 15-16, M 50 m su
14. T -10, 11, 12, 13-14, 15-16, N 50 m su
15. P 13-14, 15-16, M 200 m ru
16. T 13-14, 15-16, N 200 m ru

Su 28.4. klo 17:00*

25. T -10, 11, 12, 13-14, 15-16, N 200 m sku
26. P -10, 11, 12, 13-14, 15-16, M 200 m sku
27. T 11, 12, 13-14, 15-16, N 100 m ru
28. P 11, 12, 13-14, 15-16, M 100 m ru
29. T 13-14, 15-16, N 200 m pu
30. P 13-14, 15-16, M 200 m pu
31. T -10, 11, 12, 13-14, 15-16, N 50 m vu
32. P -10, 11, 12, 13-14, 15-16, M 50 m vu

- **Mysteerisekari:** lajeissa uidaan yksi naisten ja yksi miesten erä. Molempiin otetaan 22.4. mennessä ilmoittautuneista kahdeksan 200 m sku aikojen perusteella nopeinta uimaria, minkä jälkeen mahdollisesti tyhjäksi jääneet paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Uimareille arvotaan järjestys, jossa sekauinnin lajit tulee suorittaa (enintään kahdelle uimarille sama järjestys). Kolmelle parhaalle naisten ja miesten sarjoissa tavarapalkinnot altaalle.com:ilta.
- **Iltajaksojen alkamisaika:** Iltajaksot alkavat kilpailutauolla pelattavien vesipallo-otteluiden vuoksi neljä tuntia aamujakson päättymisen jälkeen, kuitenkin aikaisintaan klo 17.

Verryttely: Verryttely alkaa tuntia ennen jaksojen alkua. Kilpailuiden aikana verryttelykäytössä on lastenallas.

Osallistumisoikeus: Nuorimmat ikäsarjat (T10 ja P10) ovat avoimia myös nuoremmille. Muuten uimari saa osallistua vain oman ikäsarjansa lajeihin.

Ilmoittautumiset Tempukseen 22.4.2024 mennessä.

Tiedustelut: kilpailukoordinaattori@cetus.fi

Starttimaksut: 11€ / startti maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä Cetusken 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: cafelahti@windyday.fi / +358 44 702 1234 keskitetysti seuroittain, viimeistään 22.4.2024.

TERVETULOA ESPOONLAHTEN !