



# KILPAILUKUTSU

## AVOIMET PITKÄN RADAN SM-UINNIIT 26.-29.6.2025

**SM**  
uinnit

HELSINKI  
2025



Helsingfors Simsällskap yhteistyössä Suomen Uimaliiton kanssa järjestää uinnin SM-kilpailut 2025 Mäkelänrinteen uintikeskuksessa. Kilpailu toimii myös WA-näyttökilpailuna.

50m allas

10 rataa

Automaattinen ajanotto

SM-uinnit

Nuorten mestaruuskilpailut

Parauinnin SM-kilpailut

### Aikataulu

	aamujakso	iltajakso
torstai	klo 9.30	klo 18.00
perjantai	klo 9.30	klo 18.00
lauantai	klo 9.30	klo 18.00
sunnuntai	klo 9.30	klo 18.00

Verryttely alkaa 1,5h ennen kilpailujakson alkua ja päättyy 10 min ennen jakson tai avajaisten alkua.

# Lajijärjestys

SM-kilpailuissa uidaan alkuerät ja A-/B-finaalit 50–100 m matkoilla. 200–400 m matkoilla uidaan alkuerät ja A-finaali. 800–1500 m matkat uidaan suorina loppukilpailuina siten, että nopein erä sijoitetaan iltajaksoon. Viestilajit kilpailaan suorina loppukilpailuina. Nuorten SM-viestit uidaan aamujaksossa ja aikuisten SM-viestit iltajaksossa.

Finaalit uidaan 8 radalla. Mikäli lajissa on uimareita 3 tai vähemmän, uidaan kyseinen laji suorana loppukilpailuna aamujaksossa. Mikäli uimareita on neljästä kahdeksaan (para neljästä kuuteen), uidaan kyseinen laji suorana loppukilpailuna iltajaksossa.

Saadakseen sijoituksen tai osallistuakseen finaaliin uimarin on saavutettava tulos, joka oikeuttaa AQUA- tai WPS-pisteisiin. Aamun alkuerissä käytetään aina ylälähtöä ellei kyseessä ole jonkun suorana loppukilpailuna uitavan lajin tai ikäsarjan kuuma erä tai paralaji.

1. PÄIVÄN AAMU		1. PÄIVÄN ILTA	
1. Mix T/P	4x50 m VUV loppukilpailu	17. Mix N/M	4x50 m VUV loppukilpailu
2. N S1-14	200 m VU loppukilpailu	M/P18	1500 m VU kuuma erä
3. N/T18	200 m VU	N S1-14	100 m SU
4. M/P18	200 m RU	N	200 m VU
5. N/T18	100 m SU	M	200 m RU
6. N S1-14	100 m SU	N	100 m SU B-finaali
7. M/P18	100 m PU	N	100 m SU A-finaali
8. M S1-14	100 m PU	M S1-14	100 m PU
9. N/T18	400 m SKU	M	100 m PU B-finaali
10. M/P18	200 m SU	M	100 m PU A-finaali
11. N/T18	50 m PU	N	400 m SKU
12. N S1-14	50 m PU	M	200 m SU
13. M/P18	50 m VU	N	50 m PU B-finaali
14. M S1-14	50 m VU	N	50 m PU A-finaali
15. T18	4 X 200 m VUV loppukilpailu	N S1-14	50 m PU
16. M/P18	1500 m VU hitaat erät	M S1-14	50 m VU
		M	50 m VU B-finaali
		M	50 m VU A-finaali
		18. N	4 X 200 m VUV loppukilpailu

2. PÄIVÄN AAMU		2. PÄIVÄN ILTA	
19. Mix T/P	4x50 m SKUV loppukilpailu	35. Mix N/M	4x50 m SKUV loppukilpailu
20. M S1-14	200 m VU loppukilpailu	N/T18	1500 m VU kuuma erä
21. M/P18	200 m VU	M S1-14	100 m SU
22. N/T18	200 m RU	M	200 m VU
23. M/P18	100 m SU	N	200 m RU
24. M S1-14	100 m SU	M	100 m SU B-finaali
25. N/T18	100 m PU	M	100 m SU A-finaali
26. N S1-14	100 m PU	N S1-14	100 m PU
27. M/P18	400 m SKU	N	100 m PU B-finaali
28. N/T18	200 m SU	N	100 m PU A-finaali
29. M/P18	50 m PU	M	400 m SKU
30. M S1-14	50 m PU	N	200 m SU
31. N/T18	50 m VU	M	50 m PU B-finaali
32. N S1-14	50 m VU	M	50 m PU A-finaali
33. P18	4 X 200 m VUV loppukilpailu	M S1-14	50 m PU
34. N/T18	1500 m VU hitaat erät	N S1-14	50 m VU
		N	50 m VU B-finaali
		N	50 m VU A-finaali
		36. M	4 X 200 m VUV loppukilpailu

3. PÄIVÄN AAMU		3. PÄIVÄN ILTA	
37. N/T18	400 m VU	M/P18	800 m VU kuuma erä
38. M S6-14	400 m VU loppukilpailu	N SB1-14	100 m RU
39. M/P18	200 m PU	M S1-14	100 m VU
40. N SB1-14	100 m RU	N	400 m VU
41. N/T18	100 m RU	M	200 m PU
42. M/P18	100 m VU	N	100 m RU B-finaali
43. M S1-14	100 m VU	N	100 m RU A-finaali
44. N/T18	200 m SKU	M	100 m VU B-finaali
45. N SM6-14	200 m SKU loppukilpailu	M	100 m VU A-finaali
45. M/P18	50 m RU	N	200 m SKU
47. M SB1-14	50 m RU	M	50 m RU B-finaali
48. N/T18	50 m SU	M	50 m RU A-finaali
49. N S1-14	50 m SU	M SB1-14	50 m RU
50. P18	4 x 100 m SKUV loppukilpailu	N S1-14	50 m SU
51. T18	4 x 100 m VUV loppukilpailu	N	50 m SU B-finaali
52. M/P18	800 m VU hitaat erät	N	50 m SU A-finaali
		53. M	4 x 100 m SKUV loppukilpailu
		54. N	4 x 100 m VUV loppukilpailu

4. PÄIVÄN AAMU		4. PÄIVÄN ILTA	
55. M/P18	400 m VU	N/T18	800 m VU kuuma erä
56. N S6-14	400 m VU loppukilpailu	M SB1-14	100 m RU
57. N/T18	200 m PU	N S1-14	100 m VU
58. M SB1-14	100 m RU	M	400 m VU
59. M/P18	100 m RU	N	200 m PU
60. N/T18	100 m VU	M	100 m RU B-finaali
61. N S1-14	100 m VU	M	100 m RU A-finaali
62. M/P18	200 m SKU	N	100 m VU B-finaali
63. M SM6-14	200 m SKU loppukilpailu	N	100 m VU A-finaali
64. N/T18	50 m RU	M	200 m SKU
65. N SM1-14	50 m RU	N	50 m RU B-finaali
66. M/P18	50 m SU	N	50 m RU A-finaali
67. M S1-14	50 m SU	N S1-14	50 m RU
68. T18	4 x 100 m SKUV loppukilpailu	M S1-14	50 m SU
69. P18	4 x 100 m VUV loppukilpailu	M	50 m SU B-finaali
70. N/T18	800 m VU hitaat erät	M	50 m SU A-finaali
		71. N	4 x 100 m SKUV loppukilpailu
		72. M	4 x 100 m VUV loppukilpailu

## Aikarajat

Aikaraja tulee olla saavutettuna 15.6.2023-25.6.2025 välisenä aikana. Parauinnin SM-kilpailuun ei ole aikarajoja, vain tilastokelpoinen tulosvaatimus 15.6.2023-25.6.2025 väliseltä ajalta. Nolla-ajoilla ei voi osallistua SM-kilpailuun.

Naiset		Aikarajat	Miehet	
25m radalla	50m radalla	Laji	25m radalla	50m radalla
0.29,96	0.30,96	50m Perhosuinti	0.26,99	0.27,99
1.08,04	1.10,04	100m Perhosuinti	1.00,60	1.02,60
2.32,75	2.36,75	200m Perhosuinti	2.18,33	2.22,33
0.32,38	0.33,38	50m Selkäuinti	0.29,56	0.30,56
1.09,88	1.11,88	100m Selkäuinti	1.04,10	1.06,10
2.33,00	2.37,00	200m Selkäuinti	2.21,00	2.25,00
0.35,42	0.36,92	50m Rintauinti	0.31,45	0.32,95
1.17,36	1.20,36	100m Rintauinti	1.09,13	1.12,13
2.48,48	2.54,48	200m Rintauinti	2.33,85	2.39,85
0.27,54	0.28,54	50m Vapaauinti	0.24,49	0.25,49
0.59,90	1.01,90	100m Vapaauinti	0.53,60	0.55,60
2.12,00	2.16,00	200m Vapaauinti	2.01,10	2.05,10
4.40,27	4.48,27	400m Vapaauinti	4.17,78	4.25,78
9.41,14	9.57,14	800m Vapaauinti	8.56,67	9.12,67
19.18,90	19.48,90	1500m Vapaauinti	17.42,14	18.12,14
1.08,14	-	100m Sekauinti	1.00,87	-
2.30,30	2.35,30	200m Sekauinti	2.20,80	2.25,80
5.26,90	5.36,90	400m Sekauinti	5.01,20	5.11,20



Työt 18		Aikarajat	Pojat 18	
25m radalla	50m radalla	Laji	25m radalla	50m radalla
0.29,96	0.30,96	50m Perhosuinti	0.26,99	0.27,99
1.09,30	1.11,30	100m Perhosuinti	1.00,60	1.02,60
2.38,41	2.42,41	200m Perhosuinti	2.24,41	2.28,41
0.32,60	0.33,60	50m Selkäuinti	0.29,63	0.30,63
1.10,50	1.12,50	100m Selkäuinti	1.05,10	1.07,10
2.36,00	2.40,00	200m Selkäuinti	2.24,50	2.28,50
0.35,70	0.37,20	50m Rintauinti	0.32,30	0.33,80
1.18,00	1.21,00	100m Rintauinti	1.12,10	1.15,10
2.51,00	2.57,00	200m Rintauinti	2.38,37	2.44,37
0.27,90	0.28,90	50m Vapaauinti	0.25,34	0.26,34
1.00,00	1.02,00	100m Vapaauinti	0.54,20	0.56,20
2.12,80	2.16,80	200m Vapaauinti	2.03,83	2.07,83
4.43,35	4.51,35	400m Vapaauinti	4.21,61	4.29,61
9.43,50	9.59,50	800m Vapaauinti	9.00,04	9.16,04
19.21,27	19.51,27	1500m Vapaauinti	18.06,65	18.36,65
1.10,50	-	100m Sekauinti	1.03,10	-
2.33,00	2.38,00	200m Sekauinti	2.20,80	2.25,80
5.27,36	5.37,36	400m Sekauinti	5.07,68	5.17,68

## Nuorten mestaruuskilpailut

Nuorten SM-sijoitukset ratkotaan aamujakson alkuerissä. Alkuerien perusteella 8 tai 16 parasta lajista riippuen pääsee loppukilpailuvaiheeseen, vaikka aikuisten aikarajaa ei olisi alitettu ennen kilpailua. Kaikissa lajeissa ratkotaan sekä nuorten että aikuisten mestaruudet.

## Parauinnin SM-kilpailut

1.Parauimareiden mestaruuskilpailut uidaan WPS:n (World Para Swimming) sääntöjen mukaan.

2.Parauimarit uivat luokissa S1-10 (liikuntavammaiset uimarit), S11-13 (näkövammaiset uimarit sekä S14 (kehitysvammaiset uimarit) lajiohjelman mukaisesti. Uimarin tulee olla luokiteltu ennen SM-kilpailuihin osallistumista.

3.Parauimareiden lajeissa (lajijärjestyksessä sinisellä) uidaan aamulla alkukilpailut ja iltajaksossa loppukilpailu 50-100 m matkoilla, johon pääsee pisteiden perusteella kuusi (6) parasta uimaria. 200 & 400 m matkoilla laji uidaan suorana loppukilpailuna kokonaisuudessaan aamujaksossa.

4.Parauimareiden sijoitukset sekä loppukilpailuun päässeet ratkotaan pisteiden perusteella, missä uitua aikaa verrataan saman vammaluokan maailmanennätysaikaan.

5.Parauinnin lajit uidaan kahdeksalla radalla.

## Osanotto-oikeus ja palkinnot

Suomen Uimaliiton Yleismääräyksissä mainitun osanotto-oikeuden mukaan. Ulkomaalaiset saavat osallistua kilpailuun. Illan finaaleissa ulkomaalaisten osallistuminen on rajattu kahteen ulkomaalaiseen uimariin / finaali, tarkoittaen enintään kahta ulkomaalaista A-finaalissa ja kahta ulkomaalaista B-finaalissa. Nuorten finaalissa ei voi uida ulkomaalainen uimari.

Suomen mestaruusmitaleja tai seurapisteitä ei voi saavuttaa ulkomaalainen urheilija.

## Osanottomaksu

**13,00 € / startti** maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä Simmiksen tilille: FI9724001800038481

Viestikenttään seuran nimi ja starttimäärä. Jälki-Ilmoittautumismaksu on viisinkertainen (65 eur) normaaliin ilmoittautumismaksuun (13 eur) nähden.

## Ilmoittautumiset

Ilmoittautumiset **17.6.2025 mennessä Tempukseen**. Viestijoukkueiden kokoonpanot ilmoitetaan Tempukseen ilmoittautumisen yhteydessä.

Jälki-ilmoittautuminen on mahdollista kilpailun ensimmäisen jakson peruuttamisaikaan saakka. Edelliseen päivään saakka tämän voi tehdä Tempuksessa ja tämän ajankohdan jälkeen valvomon johtajalle kirjallisesti. Huomioithan, että varsinaisten ilmoittautumisten muokkaaminen Tempuksessa ilmoittautumisajan jälkeen, muuttaa kyseiset ilmoittautumiset jälki-ilmoittautumisiksi. Tämä muuttaa ilmoittautumismaksuvelvoitteen jälki-ilmoittautumismaksuksi. Jälki-ilmoittautuminen tulkitaan normaaliksi ilmoittautumiseksi lähtöjärjestystä tehdessä. Jälki-Ilmoittautumismaksu on viisinkertainen (65 eur) normaaliin ilmoittautumismaksuun (13 eur) nähden.

**25 m radalla uidut ajat sijoitetaan osallistujaluettelossa 50 m tulosten jälkeen aikajärjestyksessä**, täten 25 m ajoilla ilmoitetut uimarit, uivat ensimmäisissä erissä. Aikamuunnokset eivät ole käytössä. Uimari voidaan ilmoittaa kisoihin hänen parhaalla 50 m radan tuloksella.

Seurojen viestijoukkueiden kokoonpanot ilmoitetaan Tempukseen ilmoittautumisen yhteydessä. Viestijoukkueille hyväksytään vain laskettujen aikojen perusteella luotu ilmoittautumisaika. Viestijoukkueen kokoonpanon muutos ei vaikuta viestijoukkueen ilmoitettuun aikaan.



## Peruutukset ja osallistumisvahvistus

Kilpailijan tai viestijoukkueen osanotto yhteen tai useampaan lajiin voidaan peruuttaa. Ilmoittautumisajan päättymiseen asti peruutus tehdään sähköisessä ilmoittautumisjärjestelmässä. Ilmoittautumisajan päätyttyä peruutus tulee tehdä sähköisen peruutusjärjestelmään viimeistään tuntia ennen kyseisen kilpailujakson alkua. Tämän jälkeen peruutus on mahdollista vain pakottavista syistä. Myöhemmin kuin tuntia ennen alkukilpailun alkua tehdystä peruutuksesta kilpailun järjestäjä on oikeutettu perimään kolminkertaisen starttimaksun suuruisen peruutusmaksun (39,00 €). Pakottavasta syystä (lääkärintodistus) tehdystä peruutuksesta ei peritä peruutusmaksua. Peruuttamattomasta poisjäännistä laskutetaan kymmenkertainen ilmoittautumismaksu (130€).

Finaaliperuutukset 30min lajiin päättymisen jälkeen. Peruutuspaikalta nostetaan loppukilpailuun korkeintaan alkukilpailun jälkeen sijalla 24 oleva. Kaikki finaaliperuutukset tulee tehdä järjestäjän ilmoittamalla tavalla.

**Huom! Joukkueenjohtajien kokouksen jälkeen vahvistuu paralajien järjestys kilpailuohjelmassa.**

## Joukkueenjohtajien kokous

Joukkueenjohtajien kokous pidetään **keskiviikkona 25.6. klo 18** Uintikeskuksessa. Säännöt edellyttävät jokaisen kilpailuun osallistuvan joukkueen edustusta kokouksessa. Seuran tulee nimetä joukkueenjohtaja viimeistään joukkueenjohtajien kokouksessa. Tämä henkilö vastaa kyseisen kilpailun aikaisien alkuerien ja loppukilpailupaikkojen peruutuksista sekä viestijoukkueen kokoonpanomuutosten ilmoittamisesta.

Jokaisen kilpailuun osallistuvan joukkueen edustus kokouksessa on välttämätön, muutoin joukkueelle lankeaa 100 Sveitsin frangia vastaava sakko euroina (GR 7.1).

## Akkreditointi

SM-uinteihin akkreditoidaan uimarit automaattisesti lajien ilmoittautumisen perusteella. Osallistuvan seuran joukkueen johtajan sekä valmentajan / huoltojoukon tulee akkreditoitua erikseen täyttämällä akkreditointihakemus.

Jokaisella akkreditoitavalla yli 16-vuotiaalla henkilöllä tulee olla Puhtaasti Paras -verkkokoulutus suoritettuna. Suoritusmerkinnät tarkistetaan pistokokein. Linkki verkkokoulutukseen:

<https://suek.fi/koulutus/koulutusmateriaalit/puhtaasti-paras-verkkokoulutus/>

Akkreditoitavien henkilöiden määrä on rajattu suhteessa kilpailuihin osallistuvien seuran uimareiden määrään seuraavasti:

- 1-3 uimaria: 1 jojo + 1 akkreditoitu henkilö
- 4-9 uimaria: 1 jojo + 2 akkreditoitua henkilöä
- 10-20 uimaria: 1 jojo + 3 akkreditoitua henkilöä
- 21-30 uimaria: 1 jojo + 5 akkreditoitua henkilöä
- 31-40 uimaria: 1 jojo + 6 akkreditoitua henkilöä
- 41-100 uimaria: 1 jojo + 7 akkreditoitua henkilöä

Lisäakkreditoinnit ovat maksullisia (80€) ja seura voi lunastaa ne akkreditointilomakkeella, jolloin lasku lähetetään seuralle. Parauimareiden avustajat eivät ole mukana yllä olevissa luvuissa, vaan saavat akkreditoitua näiden lisäksi.

Akkreditointilomake löytyy tästä linkistä: <https://q.surveypal.com/Akkreditointi-SM-Uinnit-2025-Helsinki>

## Majoitus

Sporttiklubilaisena seurasi majoittuu edullisesti **Sokos Hotels Triplassa**.

Kiintiötunnuksella: **BSMUINNIT25** on tehty kiintiövaraukset seuraavilla hinnoilla:

1hh 120€ / yö

2hh 130€ / yö

2hh lisävuoteella 150€ / yö

Varaukset ja tiedustelut suoraan kiintiötunnuksella joko sähköpostilla: [groups.helsinki@sok.fi](mailto:groups.helsinki@sok.fi) tai puhelimitse + 358 300 870 000. Yksittäiset huonevaraukset sähköpostilla: [sokos.hotels@sok.fi](mailto:sokos.hotels@sok.fi)

## Ruokailut

Ruokailut ovat tarjolla keskiviikko illan päivällisestä sunnuntain lounaaseen ennakkotilauksella Mäkelänrinteen uintikeskuksessa. Ruokaliput jaetaan akkreditoinnin yhteydessä.

Ennakkotilaa joukkueelle LOUNAS sekä PÄIVÄLLINEN **5.6. mennessä** tällä lomakkeella:

<https://q.surveypal.com/SM-2025-RUOKAILUT-ennakkotilaukset>

Hinnat: **13,90€/hlö/lounas** ja **12,90€/hlö/päivällinen**

Lounas on tarjolla Mäkelänrinteen kahvila Uppopullassa kisapäivinä TO, PE, LA ja SU klo 11-14.30.

Päivällinen on tarjolla Mäkelänrinteen pallohallissa KE, TO, PE ja LA iltaisin klo 17.30-21.

Huomioithan, että ensimmäinen päivällinen on jo kilpailua edeltävänä keskiviikko iltana ja sunnuntaina ei ole päivällistä tarjolla!

## Tervetuloa Helsinkiin!



**Mäkelänrinteen Uintikeskus**  
**Mäkelänkatu 49**  
**00550 Helsinki**