



**Cetus Espoo järjestää avoimet kansalliset Laviaarit uintikilpailut 10-11.5.2025  
Espoonlahden Uimahallissa (Espoonlahdenkuja 4, 02320 Espoo), 50 m radalla.**

**LAJIOHJELMA**

**La 10.5. 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 11.5. 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 10.5. 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 11.5. 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 13-14, 15-16, N 50 m vu
32. P 13-14, 15-16, M 50 m vu

- **Mysteerisekari:** lajeissa uidaan yksi naisten ja yksi miesten erä. Molempiin otetaan 2.5. 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.

**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. Parauimarit voivat osallistua kaikkiin lajeihin. Mikäli uimari vaatii erityishuomiota, tulee tästä ilmoittaa sähköpostitse [kilpailukoordinaattori@cetus.fi](mailto:kilpailukoordinaattori@cetus.fi) etukäteen.

**Ilmoittautumiset** Tempukseen 5.5.2025 mennessä.

**Lisätiedot:** Kilpailuviikonlopun aikana Espoonlahden Uimahallissa pelataan vesipallon SM-sarjojen finaaliotteluita ja uidaan räpyläuinnin SM-kilpailut, jotka saattavat aiheuttaa aikataulumuutoksia. Mahdollisista muutoksista tiedotetaan osallistuville seuroille välittömästi. Mahdolliset kyselyt osoitteeseen: [kilpailukoordinaattori@cetus.fi](mailto:kilpailukoordinaattori@cetus.fi)

**Starttimaksut:** 11€ / startti maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä Cetusken tilille: Nordea IBAN FI59 1432 3000 2198 73. Tosite suoritetusta maksusta tulee toimittaa osoitteeseen [kilpailukoordinaattori@cetus.fi](mailto:kilpailukoordinaattori@cetus.fi) viimeistään 8.5.2025.

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

**Ruokatilaukset:** [cafelahti@windyday.fi](mailto:cafelahti@windyday.fi) / +358 44 702 1234 keskitetysti seuroittain, viimeistään 5.5.2025.

**TERVETULOA ESPOONLAHTEN !**