

# Seinäjoen Uimarit -58

järjestää Suomen Uimaliiton luvalla avoimet kansalliset

## Lakeusuinnit

1.-2.10.2016 alkaen molempina päivinä klo 11.00 Seinäjoen uimahallissa, 25 metrin allas, 8 rataa, sähköinen ajanotto. Verryttelyaika kisa-altaassa klo 9.45–10.50, verryttelymahdollisuus kisan aikana hyppyaltaassa.

### Lajiohjelma:

#### Lauantai 1.10.2016

1. T15, N	400 VU
2. P15, M	400 VU
3. T9,11	25 VU*
4. P9,11	25 VU*
5. T12, 15, N	100 PU
6. P13, 16, M	100 PU
7. T14, N	200 SU
8. P15, M	200 SU
9. T12, 15, N	100 SKU
10. P12, 15, M	100 SKU
11. T11, 13, N	50 SU
12. P12, 14, M	50 SU
13. T11, 13, N	100 VU
14. P12, 14, M	100 VU
15. T11, 13, N	100 RU
16. P12, 14, M	100 RU
17. T12, 15, N	800 VU
18. P12, 15, M	800 VU

#### Sunnuntai 2.10.2016

19. M	4x100 VU
20. N	4X100 VU
21. P9, 11	25 SU*
22. T9, 11	25 SU*
23. P15, M	200 VU
24. T14, N	200 VU
25. P12, 15, M	50 PU
26. T11, 14, N	50 PU
27. P13, 15, M	200 SKU
28. T12, 14, N	200 SKU
29. P11, 14, M	50 VU
30. T10, 13, N	50 VU
31. P12, 14, M	100 SU
32. T11, 13, N	100 SU
33. P11, 14, M	50 RU
34. T10, 13, N	50 RU
35. M	1500 VU
36. N	1500 VU

*\*käsiajat*

Palkinnot jaetaan kilpailukutsun sarjojen mukaisesti kolmelle parhaalle uimarille. Ilmoittautumiset sähköiseen ilmoittautumisjärjestelmään (Octoon) 24.9. mennessä.

Osallistumismaksu 8 euroa/laji maksettava ilmoittautumisen yhteydessä Seinäjoen Uimareiden tilille Nordea FI53 2043 1800 0303 82. Jälki-ilmoittautuminen mahdollista, jos erissä on tilaa, maksu on tällöin kolminkertainen. Ratajärjestyksen laadinnassa hyvitetään 50m radalla uidut ajat.

Peruutukset ja viestijoukkueiden muutokset on tehtävä viimeistään tuntia ennen kilpailujakson alkua.

***Molempina kilpailupäivinä on mahdollisuus ruokailla uimahallilla. Ruokailu on tilattava etukäteen Seinäjoen Uimareiden sivujen kautta. Ruokailun hinta on 9€. Ruokailu on tilattava viimeistään 26.9.mennessä. Ruokalista löytyy myös seuran sivuilta.***

Lisätiedot: Jukka Porkkala, kilpailusihteeri

jukka.porkkala@netikka.fi, 0400-453424