



VESIRALLI

HUOM!

Vesiralliin liittyvät kysymykset ainoastaan sähköpostitse osoitteeseen uimakoulut@uimaseura-aquila.fi. Näin varmistat mahdollisimman nopean vastauksen.

Tutustu huolellisesti alla oleviin ohjeisiin.

3 RYHMÄÄ:

VESIRALLI #1

Vesiralli #1 soveltuu **5-10-vuotiaille lapsille, jotka osaavat uida yhtäjaksoisesti 25 metriä**. Ryhmä toimii **pääosin syvässä altaassa**. Lisäksi lapsen tulee pystyä toimimaan itsenäisesti **ilman huoltajan läsnäoloa**.

Vesiralli #1 keskittyy kehittämään **uintivarmuutta** sekä **kehonhallintaa vedessä** monipuolisten harjoitteiden avulla. Uintilajeissa keskeisimpänä ovat **vapaauinti** ja **selkäuinti**.

VESIRALLI #2

Vesiralli #2 soveltuu **5-12-vuotiaille lapsille, jotka osaavat uida yhtäjaksoisesti 50 metriä**. Ryhmä toimii **syvässä altaassa**. Lisäksi lapsen tulee pystyä toimimaan itsenäisesti **ilman huoltajan läsnäoloa**.

Vesiralli #2 keskittyy **vahvistamaan aikaisemmin opittuja taitoja**: vahvistamaan **vapaauintia** ja **selkäuintia** sekä **uintiasentoa** ja **liukuja**. Lisäksi kehitetään **uusia taitoja**, esimerkiksi tutustutaan **rintauintiin** ja **perhosuintiin**.

VESIRALLI #3

Vesiralli #3 soveltuu **7-12-vuotiaille lapsille, joilla on jo kokemusta uintiharrastuksesta**. Kokemus voi olla aikaisemman **vesirallin delfiniryhmä**, **tekniikkaralli**, **kilpauintikoulu** taikka aiempi **harrasteryhmä**. Lisäksi lapsen tulee pystyä toimimaan itsenäisesti **ilman huoltajan läsnäoloa**.

Vesiralli #3:n uimarit **pystyvät uimaan 60 min harjoituksen aikana satoja metrejä** sekä **hallitsevat jo alkeet kaikista uintilajeista**.

Ryhmästä on mahdollista myöhemmin siirtyä myös kilpauintiryhmään, jos uintiharrastus muuttuu tavoitteelliseksi.



MIKSI VESIRALLIIN?

Vesiralli on lapsille tarkoitettu **uinnin monipuolisuuspaketti**. Vesirallissa käydään hauskaasti, mutta haastavasti läpi **kaikkien uintiurheilumuotojen perusteita**. Tavoitteena on liikuttaa lasta vedessä mahdollisimman monipuolisesti.

Harjoitteiden yksi tavoite on kehittää **kehonhallintaa, vesitaitavuutta ja uintivarmuutta**.

Vesirallissa lapsen monipuolinen liikkuminen ja liikuttaminen takaavat **erinomaiset lähtökohdat uimataidon kehittämistä ja tulevaisuuden harrastamista ajatellen**.

Kehonhallinnan harjoittamisen vuoksi vesiralli sopii loistavasti myös niille lapsille, **jotka eivät tavoittele uinnin harrastamista – vedessä liikkuminen tukee tehokkaasti myös muissa lajeissa tärkeitä taitoja.**

ILMOITTAUTUMINEN

Vesiralliin ilmoittautuminen tapahtuu Uimaseura Aquilan MyClub -palvelun kautta, osoitteessa:

<https://uimaseura-aquila.myclub.fi/flow/events/public>

Pystyt rekisteröityä MyClub -palveluun vasta ilmoittautumisten avautumisen jälkeen.

Huomioithan, että MyClubissa jokainen lapsi ilmoitetaan mukaan henkilökohtaisilla tunnuksilla. Jos ilmoitat useamman kuin yhden lapsen, **tee jokaiselle lapselle omat tunnukset ilmoittautumisen yhteydessä.**

Muistathan, että vesirallin ikä- ja taitovaatimukset ovat ehdottomia.

Ilmoittautumisen yhteydessä kerro lisätiedoissa mahdolliset oppimiseen vaikuttavat tekijät sekä terveyteen liittyvät seikat, jotka uimaopettajan tulisi tietää.

HUOM. Lisää oma puhelinnumerosi "puhelinnumero" -kohtaan. Näin varmistamme nopean tiedonsaannin äkillisissä tilanteissa, kuten sairastumisissa tai peruuntumisissa.

Tarkemmat ohjeet MyClub -ilmoittautumiseen löydät erillisestä tiedostosta.

LASKUTUS JA MAKSUT

Vesirallin **kuukausimaksu** lähetetään kerran kuukaudessa **laskuna ilmoittautumisen yhteydessä ilmoitettuun sähköpostiin**. Vesirallin **laskutusjakso on yksi kalenterikuukausi (1 kk)**. Sähköpostiin lähetetyssä laskussa on eriteltyinä laskun ehdot.

www.uimaseura-aquila.fi
www.facebook.com/UimaseuraAquila

Puistotie 9-11
48100 Kotka
Y-tunnus 2631057-6



PERUUTUSEHDOT

Vesirallin **kuukausimaksu laskutetaan** (ks. LASKUTUS JA MAKSUT), **mikäli osallistumista vesiralliin ei ole peruutettu.**

Vesirallin voi peruuttaa milloin tahansa. **Peruutus tulee voimaan kulloinkin voimassa olevan laskutusjakson (1kk) lopussa.** Peruuttaessa siis **kuluva kalenterikuukausi laskutetaan**, jolloin vesiralliin voi osallistua vielä kalenterikuukauden loppuun saakka. Seuraavaa kalenterikuukautta **ei** enää laskuteta.

Jos opetuskerta peruuntuu tai vesiralli keskeytyy kokonaan sairauden tai loukkaantumisen takia, hyvitetään käyttämättä jääneet opetuskerrat **lääkärintodistusta vastaan.**

Uimaseura Aquila ry hyvittää vain ne opetuskerrat, jotka lääkärintodistuksen ajallinen kesto kattaa. Peruuntunutta tai keskeytynyttä vesirallia ei voi siirtää toiseen ajankohtaan.

Peruutukset vain sähköpostilla uimakoulut@uimaseura-aquila.fi

KOKO VESIRALLIN PERUUNTUMINEN

Jos vesirallia ei syystä tai toisesta järjestetä, ilmoittautuneille tiedotetaan peruuntumisesta sähköpostitse. Ilmoittautuneille palautetaan maksu peruuntuneista kerroista.

VESIPETO-HARRASTEPASSI

Uimaseura Aquila ry hankkii jokaiselle vesiralliin osallistuvalla Vesipeto-harrastepassin (ryhmävakuutus). Vakuutus sisältyy kurssihintaan.

Vesipeto-harrastepassia varten tarvitsemme seuraavat tiedot:

- **Lapsen nimi**
- **Lapsen henkilötunnus**
- **Lapsen postiosoite, -numero ja -toimipaikka**
- **Huoltajan nimi**
- **Huoltajan sähköposti**
- **Huoltajan puhelinnumero**

Ilmoittautumisen yhteydessä täytävä kaikki ylläolevat kohdat.

Mikäli haluat osallistua kurssitoimintaan omalla vakuutuksella, tulee siitä esittää kopio toiminnanjohtajalle ennen kurssin alkamista osoitteeseen uimakoulut@uimaseura-aquila.fi



MUUTA

Täytähän ilmoittautuessa huolellisesti kohdan “valokuvauslupa”: vesirallin kulkua on mahdollista seurata Uimaseuran Instagram-sivulla @uimaseura_aquila.

Uimala on suljettu kurssin aikana. Ohjaajamme ovat ulko-ovien edustalla **vesirallin alkamiseen saakka**. Tämän kellonajan jälkeen ovia ei avata.

Vesiralli alkaa nimenhuudosta uimahallin pihalla ja päättyy, kun lapset palautetaan samaan paikkaan. **Huoltajan on vesirallin loppuessa oltava paikalla**. Mikäli huoltaja myöhästyy hakutilanteesta, jää henkilökuntamme jäsen odottamaan lapsen kanssa huoltajan saapumista.

Mikäli lapsi saa kulkea **itsenäisesti** uimalaan ja sieltä pois, **vastaa ilmoittautuessa “kyllä” kohtaan “lupa itsenäiseen liikkumiseen”**. Jos kohtaan ei ole vastattu “kyllä”, lapsi jää vesirallin jälkeen odottamaan huoltajaansa.

Huoltajat eivät voi oleskella opetuksen aikana uimahallin sisällä. Huoltajat pääsevät viimeisellä opetuskerralla seuraamaan opetusta uimalaan.

Vesirallilainen tarvitsee mukaansa **uima-asun, uimalasit, pyyhkeen, laudeliinan ja henkilökohtaiset hygieniatuotteet**. Halutessaan voi käyttää **uimalakkia**. Suosittelemme laittamaan pitkät hiukset kiinni.

Lisätietoja sähköpostilla uimakoulut@uimaseura-aquila.fi