

# GP | OULU 2020 vinnit

## 14.-15.11.2020 OULUN UIMAHALLI

GP-kilpailun järjestelyissä seurataan viranomaisohjeistuksia ja Uimaliiton linjauksia aluekarsintojen järjestämiselle. Muutokset järjestelyissä lyhyelläkin varoitusajalla voivat olla mahdollisia.

Kilpailuohjeen mahdolliset päivitykset lisätään Livetimingiin. Merkittävistä muutoksista olemme yhteydessä osallistuviin seuroihin sähköpostitse.

Uimahallille tullaan vain TÄYSIN TERVEINÄ! Pienikin flunssaoire on este osallistua kisoihin ja tulla uimahallille, koskee uimareita, valmentajia ja huoltajia! Myös Koronavilkun altistusilmoitus on este tulla kisapaikalle.

### VALMENTAJAT JA HUOLTAJAT

Kisoihin EI OLE yleisöllä pääsyä. Järjestävät seuran pitävät oikeuden rajoittaa valmentajien ja huoltajien määrää, mikäli viranomaisohjeet sitä edellyttävät.

### PUKuhuone

Pukuhuoneessa jaetaan seuroille omat välit, mihin he menevät. Ohjetta ON NOUDATETTAVA. Pukuhuoneissa pidetään itsenäisesti turvavälit. Oman seuran uimarit ottavat vierekkäiset kaapit, toisiin seuroihin jätetään kaksi kaappia väliä.

### VERRYTTELY

Verryttelyssä uimarit ja valmentajat pitävät huolen turvaväleistä. Pyritään menemään ryhmänä tai seurana samalla radalle. Päättyihin EI SAA jäädä verryttelyssä seisomaan.

### KOKOONTUMINEN

Uimareiden kokoontuminen tapahtuu kisa-altaan matalassa päässä, kahdessa ensimmäisessä katsomolohkossa. Kokoontumisessa on noudatettava turvavälejä muiden seurojen uimareihin. Kokoontumispaikalle saa tulla 10 minuuttia ennen omaa starttiaikaa.

### KATSOMO

Katsomossa on jaettu seuroille omat lohkot. Oman seuran ihmiset istuvat vierekkäiset, toisen seuran ihmisiin jätetään kaksi penkkiväliä tyhjää. Katsomossa käytetään maskia. Jokainen seura huolehtii, että joukkueella on maskeja käytettävissä.

### RUOKAILU

Ruokailuun mennään vain, kun siellä on vapaa pöytä. Kaikki kahvio ruokapöydät on varattu kisaruokailijoille. Kahvittelijoille on omat baaripöydät kahvion etutilassa. Ruokalassa saman seuran uimarit istuvat samassa pöydässä ja voivat olla ruokajonossa peräkkäin. Muiden seurojen ihmisiin jätetään turvavälit eikä heidän pöytänsä mennä. Uimarit syömään heti kun mahdollista, pyritään välttämään ruuhkaa kahviossa.

**Jokainen huolehtii turvaväleistä. Uimahallilla on käsipesupisteitä ja käsidesiä useassa paikassa. Vältetään huutamista.**

## Oulun GP-uintien alustavat aikataulut:

Perjantaina 13.11.

verryttely klo 18.00–20.00 (ilmainen, ei maksua kisaan osallistuvilta)

Altaaseen saa mennä klo 18.00. Pukuhuoneet tulee olla tyhjinä klo 17.45–18.00 välisen ajan! Eli joko ennen tätä pukuhuoneessa vaatteidenvaihto ja jumppa katsomossa tai vaatteidenvaihto klo 18.00 jälkeen.

Lauantaina 14.11.

Uimahallin ovet avataan klo 8.00, verryttely klo 8.30–9.50 ja karsintakisajakso klo 10.00–13.00

Uimahallin ovet avataan klo 16.00, verryttely klo 16.30–17.50 ja finaalikisajakso klo 18.00–20.00

Sunnuntai 15.11.

Uimahallin ovet avataan klo 8.00, verryttely klo 8.30–9.50 ja karsintakisajakso klo 10.00–13.00

Uimahallin ovet avataan klo 15.00, verryttely klo 15.30–16.50 ja finaalikisajakso klo 17.00–19.00

## Ruokalista ja ruoka-ajat:

Perjantaina 13.11.

Päivällinen klo 16.00-20.30

Makaronilaatikkoa L

Broilerileike Cordon bleu L

Lauantaina 14.11.

Lounas klo 11.00-14.00

Poropastaa L

Mangobroileria L,G

Päivällinen

Klo 17.00-20.30

Lohipastaa L

Lihapyöryköitä L,G

Sunnuntaina 15.11.

Lounas klo 11.00-14.00

Broileripastaa L

Metsästäjän jauhelihipihvit L,G

Päivällinen

Klo 16.00-19.30

Smetanahärkää L,G

Paneroituja lohipihvejä VL

Aterian hinta on 10€ ja siihen sisältyy lämmin ruoka, salaattia, leivät, juomat (maito, mehu, vesi) ja kahvi.

Ruokavaraukset tulee tehdä 6.11.2020 mennessä [info@nallikarioy.fi](mailto:info@nallikarioy.fi) .