

A = Vuonna 2018 tai sitä ennen syntyneille uimataidottomille tai heikon uimataidon omaaville lapsille. Opetus toteutetaan sisällä lastenaltaassa, jossa syvempi uintipuoli on 0,80cm. Ryhmäko on 12.

AA = Vuonna 2018 tai sitä ennen syntyneille vesiariolle lapsille. Opetus toteutetaan sisällä lastenaltaassa, jossa syvempi uintipuoli on 0.80cm. Veteen totuttelujakso on tavallista pidempi ja ryhmäko on 8.

A* = Vuonna 2018 tai sitä ennen syntyneille lapsille, jotka ovat jo taitavia vedessä liikkujia sekä omaavat noin 5 metrin uimataidon. Opetus toteutetaan sisällä lastenaltaassa. Ryhmäko on 12. Huom! Uimakoulu on 1 vkon mittainen.

B = Vuonna 2017 tai sitä ennen syntyneille lapsille, joilla on vähintään 10m uimataito. Opetus toteutetaan Sveitsin uimalan sisäaltaassa, jossa veden syvyys altaan päädyssä on 130cm.

Perheuimakoulu = Perheuintikurssi 2-4 vuotiaille lapsille. Jokaista lasta kohden mukana altaassa ja pukeutumistiloissa tulee olla yksi täysi-ikäinen. Opetus tapahtuu sisällä lastenaltaassa. Kurssi on viikon mittainen. Ryhmäko on 12.





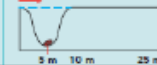

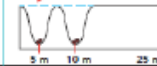

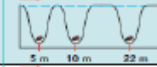
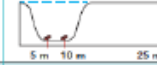


Vesitaito = Vuonna 2016 tai sitä ennen syntyneille lapsille, joilla on vähintään 25m uimataito. Uimakoulussa kehitetään uimataitoa ja opetellaan vesitaitoja taito- ja maisteritasolta. Opetus tapahtuu pääosin sisällä 25m altaalla, jossa veden syvyys on enimmillään 4 metriä. Ryhmäko on 12.

HYVINKÄÄ 



UINNIN TAVOITETAULUKKO



PERUSALUEET								
Pisteet	Selkäuinti	Rintauinti	Krooliuinti	Pituussukellus	Syvyysukellus	Hyppy	Vesiturvallisuus	Merkkivaatimukset
0.5	Korvien kastaminen selkäuintiasennossa 5 s.	Kelluminen paikallaan apuvälineen kanssa kasvat vedessä 5 s.	Itsenäinen liikkuminen vedessä uintiasennossa kädet pohjassa 5 m	Liikkuminen hyppien, juosten 5 m	Kastautuminen	Itsenäinen altaaseen tulo reunalta ja nousu reunalle	Osaan nousta itsestä seisomaan uintiasennosta	Varhais-taitomerkki 
1	Liikkuminen potkuin itsenäisesti selkäuintiasennossa apuvälineen avulla	Kelluminen paikallaan x-asennossa 5 s.	Itsenäinen liikkuminen vaakatasossa apuvälineen avulla	Liuku pinnalla apuvälineen kanssa	Esine vyötärön syvyydestä	Hyppy rinnan syv. veteen	Vatsalta selälleen tai selältä vatsalleen kääntyminen apuvälineellä	Vesitaito-merkki 
2	Alkeisselkäuinti 10 m	Alkeisrintauinti 10 m	Myyräuinti 10 m	Liuku pinnalla 3 m	Esine rinnan syvyydestä	Jalat edellä uintisyv. veteen	Kanisterin heitto pelastettavalle 5 m ja veto reunan	Alkeis-merkki 
3	Alkeisselkäuinti 25 m	Alkeisrintauinti 25 m	Myyräuinti 25 m	5 m:n sukellus	Käsinseisonta rinnan-syv. vedessä	Keräkaato reunalta	Veden polkeminen 20 s. uintisyvyydessä vedessä	Harrastus-merkki 
4	Selkäkrooli 25 m	Rintauinti 25 m	Krooliuinti 25 m	8 m:n sukellus		Pää edellä reunalta	Pelastusrenkaan heitto veteen, ja -renkaan hinaaminen 50 m	Tekniikka-merkki 
5	Selkäkrooli 50 m	Rintauinti 50 m	Krooliuinti 50 m	10 m:n sukellus		Tähtökaato n. 1 m	Uimataitotesti 200 m katso ohjeet	Taito-merkki 
6	Selkäkrooli 100 m	Rintauinti 100 m	Krooliuinti 100 m	12 m:n sukellus		Pää edellä ponnistaen n. 1 m:stä	25 m:n uinti + 25 m:n kuljetus renkaalla, pelastettava renkaassa	
7	Selkäkrooli 200 m	Rintauinti 200 m	Krooliuinti 200 m	15 m:n sukellus		Voltti reunalta kerässä veteen	25 m:n uinti + 25 m:n kuljetus, ote leuasta	Uima-kandidaatti 
8	Selkäkrooli 300 m tai 50 m 55 s.	Rintauintia 300 m tai 50 m 50 s.	Krooliuintia 300 m tai 50 m 45 s.	18 m:n sukellus	Yksi esine 3-4 m:n syvyydestä	Jalat edellä 3 m:stä	Vaatteissa uinti 50 m ja riisuminen	
9	Selkäkrooli 400 m tai 50 m 50 s.	Rintauinti 400 m tai 50 m 50 s.	Krooliuinti 400 m tai 50 m 40 s.	20 m:n sukellus	Kaksi esinettä 3-4 m:n syvyydestä yksi kerrallaan	Jalat edellä 5 m:stä tai voltti korokkeelta	25 m:n uinti + 25 m:n kuljetus vaatteet päällä 3,30 min	Uima-maisteri 
10	Selkäkrooli 700 m tai 100 m 1,40 min	Rintauinti 700 m tai 100 m 1,45 min	Krooliuinti 700 m tai 100 m 1,25 min	25 m:n sukellus	Kolme esinettä 4 m:n syvyydestä yksi kerrallaan	Pää edellä 3 m:stä tai voltti laudalta	Uinninvalvojan testi-uinti katso ohjeet	Primus-maisteri 