

**UUDEN KILPAILIJAN  
KISA OHJELMAPAKETTI**

16.11.2011

Tanssiurheiluseura Oikea Rytmi ry

# UUDEN KILPAILIJAN KISAOHJEPAKETTI

---

## SAATESANAT

Hienoa, että olet ottanut yhden uuden askeleen tanssiurheilu-urallasi ja olet siirtynyt kilpailijaksi. Tämä on iso askel omassa kehityksessäsi ja se tulee tuomaan monia hyviä ja myös kasvattaviakin kokemuksia. 😊

Tämän kisaohjepaketin tarkoituksena on antaa perustiedot siitä, mitä kuuluu kilpailuihin valmistautumiseen ja kilpailutoimintaan. Seura pyrkii kuitenkin aina siihen, että ensimmäisessä kilpailussa parin mukana olisi aina joku kokeneempi pari tai muu henkilö. Näin varmistetaan, että kilpailutilanne tulisi mahdollisimman helposti tutuksi. Muista myös aina, että mikäli mieleesi tulee kysymyksiä kilpailemisen suhteen, voit aina kysyä asiasta valmentajilta, kilpailuvastaavalta tai muilta kilpailijoilta.

**Mukavia kilpailuhetkiä toivottaen Tanssiurheiluseura Oikea Rytmi ry**

## TOIMENPITEET ENNEN KILPAILUA

Olet itse tai valmentajasi on ilmoittanut seuran kilpailuvastaavalle, että olette pari kanssa suorittaneet katselmuksen ja taitonne ovat sellaisella tasolla, että kilpaileminen on mahdollista. Kilpailuvastaava on ilmoittanut teidät seuran kilpailevaksi pariksi Suomen Tanssiurheiluliiton parikortistoon ja olette saaneet oman kilpailuyksikkönumeronne. Nyt voitte rauhassa keskittyä itse kilpailemiseen. 😊

Kilpaileminen on kuitenkin mahdollista vain, kun Suomen Tanssiurheiluliiton kilpailulisenssi on maksettu. Lisenssin saa tanssiurheiluliiton sivuilta ([www.tanssiurheilu.fi](http://www.tanssiurheilu.fi)) täyttämällä omat tiedot ja maksamalla pankkisiirron. Kopio maksukuitista tulee toimittaa seuran kilpailuvastaavalle ennen ensimmäistä kilpailua. Lisenssi on pakollinen vakuutusten takia. Lisenssi ei ole kovin kallis ja se on voimassa aina kalenterivuoden. Molemmat parin osapuolet tarvitsevat lisenssin.

Kilpailuihin ilmoittaudutaan seuran kilpailuvastaavalle, joka hoitaa seuran puolesta ilmoittautumiset eri seurojen järjestämiin kilpailuihin. Kilpailuvastaavan kautta tehdään myös kilpailujen peruutukset. Mikäli kilpailuun osallistuminen peruuntuu sairauden vuoksi viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen, tulee parilla olla esittää lääkärintodistus.

## KILPAILUIHIN VALMISTAUTUMINEN

Kilpailuihin lähtiessä tulee aina muistaa, että edustat seuraamme. Näin ollen asiallinen käyttäytyminen ja siisti olemus ovat tärkeitä asioita. Ennen kilpailua muista tarkistaa, että vaatetus on kunnossa ja hiukset ja parta ovat siistit. Vaatteet on hyvä vielä kertaalleen kokeilla ennen kilpailuihin lähtöä varsinkin kesän jälkeen, koska usein esim. pojilla lahkeet ovat jääneet liian lyhyeksi kasvun vuoksi 😊

Hiukset kannattaa laittaa niin, että ne eivät häiritse tanssimista. Pitkät hiukset tulee aina olla kiinni siten, että niska on näkyvässä. Naisilla mitään suuria taideteoksia hiuksiin ei kannata tehdä, sillä yksinkertainen on kaunista – tytöille esim. sipulinuttura on ihan riittävä. Etuhiukset kannattaa kiinnittää siten, etteivät ne roiku silmillä. Myös poikien hiuksiin voi sipaista hieman lakkaa ja/tai geeliä

## UUDEN KILPAILIJAN KISA OHJEPAKETTI

---

antamaan ryhtiä. Kampauksen voi viimeistellä lakalla, jotta hiukset eivät "lennä" tanssin tiimellyksessä. Parran tulee olla siisti ja hyvin leikattu.

Huolehdi myös, että **kilpailuasut ja kengät ovat siinä kunnossa, että ne täyttävät kilpailusäännöt**. Mikäli olet epävarma näissä asioissa, kysy valmentajilta apua. Tarkat pukusäännöt löytyvät Tanssiurheiluliiton sivuilta osoitteesta <http://tanssiurheilu.fi/toimisto/saannot> kohdasta "Pukusääntö". Pukusääntöjä tulee noudattaa. Mikäli kuitenkin kilpailunjohtaja antaa pukuhuomautuksen, asiasta tulee ilmoittaa välittömästi kilpailun jälkeen seuran valmennusvastaavalle ja korjata välittömästi huomautuksen aiheuttanut puku.

Ammattilais- ja seuravalmentajat tekevät tanssien koreografiat siten, että ne sisältävät vain kussakin luokassa sallitut tanssikuviot. Mikäli kuitenkin jostain syystä kilpailun jury (valvoo kilpailuissa sallittuja tanssikuvioita) huomauttaa jostain kuvioista, asiasta tulee ilmoittaa seuran valmennusvastaavalle välittömästi kilpailujen jälkeen ja käydä hänen kanssaan läpi huomautuksen aiheuttanut kuvio.

Sekä puku- että kuviohuomautus annetaan heti kilpailupaikalla kutsumalla pari ja tarvittaessa heidän huoltajansa kilpailujohtajan tai juryn puheille.

Kilpailujen aikataulu kannattaa katsoa ennen kilpailua Internetistä osoitteista [www.tulospalvelin.fi](http://www.tulospalvelin.fi) tai [www.tanssiurheilu.fi](http://www.tanssiurheilu.fi). Näissä osoitteissa ilmoitetaan aikataulussa tms. tapahtuneista mahdollisista muutoksista.

### MITÄ MUKAAN KILPAILUMATKALLE?

Ohessa on lista niistä asioista, jotka kannattaa ottaa mukaan kilpailumatkalle:

- tanssikengät
- kenkäharja
- tanssipuvut
- juomaa (vettä ja vaikka jotain palautusjuomaa)
- eväät (hyviä energianlähteitä ovat mm. hedelmät esim. banaani, ruisleipä, piltti hedelmäsoseet ym.)
- laastaria (löytyy kyllä kisapaikan ensiapupisteestä, mutta helpoiten homma hoituu, kun ottaa itse mukaan pari valmiiksi leikattua palaa)
- lämpimät vaatteet
- rahaa (kisapaikalla on yleensä kahvio ja/tai mahdollisuus ruokailuun)

### KILPAILUPAIKALLE SAAPUMINEN

Matka kannattaa suunnitella niin, että kilpailupaikalla ollaan vähintään tuntia ennen omaa kilpailusuoritusta. Tässä toimintatavat, kun saavutaan kilpailupaikalle:

- Kilpailijoiden ei tarvitse maksaa sisäänpääsymaksua, mutta heidän täytyy **ilmoittautua** kilpailupaikalla (usein lipunmyynnin vieressä) ja maksaa osallistumismaksu. Ilmoittautuminen tapahtuu sanomalla oma ja seuran nimi. Pojat saavat numerolapun, josta he huolehtivat

## UUDEN KILPAILIJAN KISA OHJEPAKETTI

---

koko kilpailun ajan (ei saa hukata). Kilpailunumeron voi kiinnittää vaikka housun taskuun kiinni lämmittelyn ajaksi. **Muista kiinnittää numero kilpailuasun selkään kilpailun alkaessa.** Tytöt voivat saada ilmoittautumispisteestä tarran, jossa lukee ”kilpailija”. Tämä kilpailijatarra tulee kiinnittää vaikkapa verkkaritakin rinnukseen. (Tätä tarraa ei kylläkään kaikissa kisoissa saa...)

- Muista tarkastaa käsiohjelmasta ja seinältä, ettei aikatauluun ole tullut suuria muutoksia (muutoksista myös kyllä kuulutetaan).
- Ilmoittautumisen jälkeen etsitään pukuhuoneet. Sinne jätetään puvut ym. tanssitavarat **(älä jätä pukuhuoneeseen kännykkää, rahoja tai muita arvoesineitä).**
- Tanssikengät tulee tarkastuttaa kenkätarkastuksessa, jos kilpailupaikalla on kenkätarkastus (useimmiten on). Kengät näytetään tarkastajalle ja kerrotaan hänelle tanssiluokka ja oma nimi (lapsi 2 E, Maija Meikäläinen).
- Lattia kannattaa käydä kokeilemassa kenkien kanssa ja tunnustella onko lattia liukas vai tahmea ja huomioida se tanssissa.

### KILPAILEMINEN

Hyvä kilpailusuoritus onnistuu parhaiten, kun valmistelut ovat sujuneet moitteetta. Tässä on ohjeita itse kilpailusuoritukseen:

- Tauoilla kannattaa aina harjoitella ja lämmitellä. Ennen omaa kisasuoritusta kannattaa hieman venytellä kylkiä, jalkoja ja selkää ja ottaa hyvä lämpö kehoon. Näin varmistat itsellesi hyvän kilpailuvalmiuden.
- Seuraa luokkien etenemistä ja ole valmiina, kun oma luokka kuulutetaan.
- Mikäli tanssin aikana kengän nauha aukeaa tai puku rikkoontuu, voi tanssin välissä tämän korjata, mikäli toimenpide on nopea. Tällöin parin toinen osapuoli nostaa käden ylös merkiksi toimitsijoille, että tällainen korjaustoimenpide on käynnissä.
- Lattialle tullaan ja poistutaan kilpailun juontajan antamien ohjeiden mukaan. Mikäli tanssitaan useammassa erässä, tulee kuunnella tarkoin oma numero, jotta on mukana oikeassa erässä. Eräjaossa kumpikin erä tanssii saman tanssin, ennen kuin siirrytään seuraavaan tanssiin.
- Palkintojenjaossa kannattaa myös kuunnella juontajan ohjeita. Käytännöt vaihtelevat eri kilpailuissa. Palkintojenjakoon mennään kilpailuasuisissa.
- Mikäli kilpailuissa on esiinmarssi, tulee tähän valmistautua ajoissa. Esiinmarssi tarkoittaa parien kävelyä yleisön eteen musiikin tahdissa. Kaikissa kilpailuissa ei esiinmarssia ole. Esiinmarssiin mennään kilpailuasuisissa ja siihen osallistuvat yleensä ne parit, jotka ovat päässeet seuraavalle kierrokselle tai vasta aloittavat osuutensa esiinmarssin jälkeen. Esiinmarssiin osallistuminen on vapaaehtoista, mutta suotavaa. Yleensä juontaja ilmoittaa paikan, jonne esiinmarssiin menevät parit kokoontuvat numerojärjestyksessä.
- **Muista kohdella muita kilpailijoita rehdisti ja hyvää kilpailuhenkeä noudattaen kilpailusuorituksen aikana kuten myös kilpailulattian ulkopuolella.**
- **Muista myös oman seuran muiden parien kannustus. Näin jokainen saa vuorollaan hyvää tsemppiä suoritukseensa.**

### KILPAILUPAIKALTA LÄHTEMINEN

## UUDEN KILPAILIJAN KISA OHJEPAKETTI

---

Varmista, että kaikki tavarat, puvut ja kengät (ja palkinnot 😊) ovat mukana. **Pojat muistavat palauttaa numerolapun tuloaulaan!!! Yleensä palauttamattomista numerolapuista peritään maksu.**

### KILPAILUJEN JÄLKEEN

Jokaisesta kilpailusta pari saa menestyksestään riippuen pisteitä, joita kerätään luokkanousua varten. Nämä pisteet lasketaan yhteen Suomen Tanssiurheiluliiton puolesta, mutta on hyvä pitää myös itse kirjaa pisteiden kertymisestä. Luokkanousuun tarvitaan yhteensä 50 pistettä. Kun tämä pistemäärä täyttyy, lähettää tanssiurheiluliitto tiedon seuralle luokkanoususta. Tämän jälkeen parin tulee kilpailla välittömästi uudessa luokassa. Lisätietoja luokista, pisteistä ja niiden kertymisestä löytyy esim. osoitteesta [http://tanssiurheilu.fi/toimisto/saanto/stul\\_kilpailusaanto\\_08\\_2008.pdf](http://tanssiurheilu.fi/toimisto/saanto/stul_kilpailusaanto_08_2008.pdf).

Mikäli menestys kisoissa on finaalitasoa, lähettää seuran kilpailuvastaava kilpailutulokset Satakunnan Kansaan julkaistavaksi. Yleensä lehti julkaisee tulokset ja ne kannattaa kerätä omaan leikekirjaan, jota on sitten myöhemmin mukava katsoa ja muistella kilpailusuorituksia.

**Onnea kisamatkaan 😊**