

Salamanterit eli Vesitaiturit

Kurikan Ryhdin uintijaoston Vesitaituri ryhmä on 5 -7 vuotiaille uimataidottomille lapsille suunnattua toimintaa. Vesitaiturit on jaettu kolmeen tasoon; Vesikirppu, Vesikilpikonna ja Vesimyyrä.

Vesitaitureissa lapsi tutustuu veteen ja saa monipuolisia kokemuksia vedessä liikkumisesta. Kursseilla harjoitellaan leikkien uimataidon perusteita sekä opitaan luottamaan veteen ja omiin taitoihin.

Ryhmä toimii opetusaltaassa

Ryhmään otetaan enintään 10 lasta.

Barracudat eli Vesiralli

Vesiralli on 6-10-vuotiaille lapsille tarkoitettu uinnin monipuolisuuskurssi. Se on jatkoa vesitaitureille ja tehty tukemaan ja auttamaan lapsen liikunnallista kasvua sekä madaltamaan kynnystä uintiharrastukseen. Vesiralli jakautuu neljään eri tasoon, joita ovat tasot 1,2,3 ja 4. Eri tasot jatkuvat sitä mukaa kuin lapsen taidot karttuvat. Vesirallissa annetaan rohkeille uimarinaluille mahdollisuus kokeilla jännittäviä asioita kuitenkin unohtamatta ujompia ja arempia lapsia. Vesirallissa lapsen monipuolinen liikkuminen ja liikuttaminen takaavat erinomaiset lähtökohdat tulevaisuuden harrastamista ja tavoitteellista harjoittelua ajatellen oli lajivalinta myöhemmin mikä tahansa.

Tason 1 – 2 pääsyaatimuksena on 10 – 25 metrin uimataito tai uimakoulussa suoritettu uinnin alkeismerkki (merenneito).

Tason 3 – 4 pääsyaatimuksena on 50 metrin uimataito tai uimakoulussa suoritettu harrastusmerkki (hylje).

Ryhmä toimii monitoimialtaassa ja isoa allasta käydään kokeilemassa taitojen parantuessa.

Piraijat eli Tekniikkaralli

Kurikan Ryhdin uintijaoston Tekniikkaralli- ryhmä on 7 - 10 vuotiaille lapsille suunnattua uintitoimintaa.

Tekniikkarallin tavoitteena on saada hyvät vesitaidot, kuten vartalonhallinta, tasapaino ja oppia uimaan oikealla tekniikalla.

Piraija voi halutessaan osallistua myös kilpailuihin lunastettuaan kilpailulisenssin.

Toimintamalli ja tavoitteet: Jokainen tunti sisältää eri osa-alueita; kuivaharjoittelu tai alkuverryttely, hengitys-, asento- ja tekniikkaharjoitus sekä loppuverryttely tai leikki.

Kaksi peräkkäistä kertaa ovat aina lähes samanlaiset, sillä kertauksen merkitys on suuri. Tunnit koostuvat monista oikeista lyhyistä suorituksista.

Vesitaituri- ja Rallisarjan jälkeen lapsi voi jatkaa harjoittelua tekniikkarallissa sekä harrastus- tai kilpailuryhmässä.

Ryhmä toimii isossa altaassa

Kilpa- ja kuntouintiryhmät isossa altaassa.

Valkohait

Ryhmä harjoittelee tavoitteellisesti uimarin tason mukaan 1 – 3 kertaa viikossa. Tässä ryhmässä lisätään taitoa ja nopeutta sekä kokeillaan myös kilpailemista. Kilpailupakkoa ei ole. Valkohaihin tullaan useimmiten siten, että harjoitellaan ensin vähän aikaa Piraijoissa ja taitojen karttuessa siirrytään vaativampaan ryhmään.

Ryhmään voi päästä suoraan jos on riittävät taidot tai vähintään uimakandidaatin suoritus aiemmin.

Pirates

Ryhmä koostuu tällä hetkellä yli 12 vuotiaista nuorista ja harjoittelee tavoitteellisesti.

Ohjatut harjoitukset ovat 3 kertaa viikossa ja kova valvottu peruskuntoharjoitus kerran viikossa.

Piratesiin voi päästä suoraan jos on hyvä uintitekniikka ja kunto on riittävän hyvä.

Maksut

Maksu määräytyy ryhmän mukaan, ja hintaan kuuluu: ohjaus, uimahallimaksu ja vakuutus.

Kokeilemassa voi käydä kaksi peräkkäistä kertaa maksutta, ilmoitus ryhmän ohjaajalle riittää jos ette jatka toisen kerran jälkeen.