

# PL

OPPILAAN NIMI \_\_\_\_\_

## ALKEISKOULUTUS

SUORITUS	PVM	PLHM:n KUITTAUS
t7.2 Harjoitusveto (O + H)		
4 PL-harjoitusvetohyppy		
5 PL-harjoitusvetohyppy		
6 PL-harjoitusvetohyppy *		
t3.5 Vapaapudotuksen perusteet, t3.6 mittarin käyttö (9), Avaaminen t7.3 ja Itseaukaisu 3" (O + H) ***		
7 3" Stabiili, lasku *		
8 5" Stabiili, lasku, (t7.4)		
9 10" Stabiili, mittari (lasku), (t7.5)		

\* = viimeinen hyväksytty harjoitusveto ja ensimmäinen itseaukaisu saman tai seuraavan vuorokauden aikana

\*\* = käytettävästä kalustosta riippuen

\*\*\* = **HÄTÄHYPPYTOIMENPITEET MUUTTUVAT!**

Jos alkeiskoulutuksen aikana oppilaalle tulee 30 vrk tai sitä pidempi hyppytauko, hänen on hypättävä totuttelusuuritus ennen seuraavaa hyppyä riippuen edellisestä suorituksesta:

- PL tai HV → PL
- 3", 5" tai 10" → HV

PL-hyppymestari voi määrätä muun tai muitakin suorituksia.

t3.6\*\*Kädestäpäästettävä apuvarjo (HD) \_\_\_\_\_

t8 Yhteenveto: Peruskoulutus \_\_\_\_\_

t9 Uloshyppytyylit \_\_\_\_\_

t10 Perusliikkeet vapaassa

---

---

t11 Sääoppi

---

---

t12 Uloshyppypaikan määrittäminen (PM)

---

---

t15 PL-peruskoulutuksen suoritus

---

---

t16 Peruskoulutuksen muut suoritus

---

---

Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)

SUORITUS	PVM	PLHM:n KUITTAUS
KIRJALLINEN TEORIAKOE		

# PL



OPPILAAN NIMI \_\_\_\_\_

## PERUSKOULUTUS

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
10 15" Stabiili, mittari, PM, HD*		
11 15" Suora UH, PM		
12 15" Sukellus UH+suunta, PM		
13 25-60" 360° käännökset, PM		
14 40-60" Tynnyri ja TV, PM		
15 25-60" Selkälento PM		
16 25-60" Liuku, PM		
17 40-60" FS-liuku, PM		

\* = käytettävästä kalustosta riippuen

Jos peruskoulutuksen aikana oppilaalle tulee 30 vrk tai sitä pidempi hyppytauko, hänen on hypättävä totutteluhyppynä 15" ennen seuraavaa ohjelman mukaista hyppyä. Kouluttaja voi määrätä muun tai muitakin suorituksia.

# PL

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
1. 5 hyväksyttyä itsenäistä		
2. PM:stä, joilla laskeutuminen		
3. kouluttajan määräämälle		
4. alueelle		
5.		

HD-totuttelu*		
---------------	--	--

t3.6\* Kädestäpäästettävä apuvarjo (HD) \_\_\_\_\_

t13 Varusteiden tarkastus \_\_\_\_\_

t17 Yhteenveto: Jatkokoulutus \_\_\_\_\_

t18 FS-kuviohyppääminen \_\_\_\_\_

t19 Freehyppääminen \_\_\_\_\_

t20 Kuvunkäsittely oppilaana \_\_\_\_\_

t21 Omiin varusteisiin siirtyminen \_\_\_\_\_

t29 Jatkokoulutuksen suoritukset \_\_\_\_\_

t3.5–3.6\*, 7.3, 9–12 Kertaus \_\_\_\_\_

Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)

SUORITUS	PVM	PLHM:n/NHM:n KUITTAUS
VARUSTEIDEN TARKASTUSKOE		
KIRJALLINEN TEORIAKOE		

# PL

OPPILAAN NIMI \_\_\_\_\_

## JATKOKOULUTUS

(hyppyjen 18–30 järjestys on hypystä vastaavan kouluttajan päätettävissä)

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
18 40–60” Ryhmähyppy, PM		
19 40–60” Ryhmähyppy, PM		
20 40–60” Ryhmähyppy, PM		
21 40–60” Ryhmähyppy, PM		
22 40–60” Ryhmähyppy, PM		
23 40–60” Valinnainen		
24 40–60” Valinnainen		
25 40–60” Valinnainen		
26 40–60” Valinnainen		
27 40–60” Valinnainen		
28 8–10” Kuvunkäsittely, 2 000 m		
29 8–10” Kuvunkäsittely, 2 000 m		
30 8–10” Kuvunkäsittely, 2 000 m		
31 Koehyppy		KP / AKP / KP:n VALTUUTTAMA PLHM/NHM

Jos oppilas ottaa käyttöön omat varusteet tai käyttää varjoa, jota ei ole tarkoitettu alkeis- tai peruskoulutukseen, tehdään kuvunkäsittelyhyppyt peräkkäin ennen muita suorituksia.

Jos jatkokoulutuksen aikana oppilaalle tulee 30 vrk tai sitä pidempi hyppytauko, hänen on hypättävä totutteluhyppynä 15” ennen seuraavaa ohjelman mukaista hyppyä. Kouluttaja voi määrätä muun tai muitakin suorituksia.

# PL

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
1. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
2. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
3. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
4. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
5. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
1. HD-totuttelu*		
2. HD-varjolla*		
3. HD-varjolla*		
4. HD-varjolla*		
5. HD-varjolla*		

t22	Kaluston tarkastus ja huolto	_____	_____
t23	Pakkaustarkastus	_____	_____
t24	Määräykset, lait ja ohjeet	_____	_____
t25	Hyppytoiminnan järjestäminen	_____	_____
t26	Erikoishypyt	_____	_____
t27	Fysiologia	_____	_____
t28	Riskitekijät, toiminta onnettomuustilanteissa ja ensiapu	_____	_____
t3.5–3.6, 7.3, 9–13, 18–21	Kertaus	_____	_____
	Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)		

SUORITUS	PVM	KP/AKP/PLHM/NHM:N KUITTAUS
<b>OPPILASPÄÄVARJON PAKKAUS- JA TARKASTUSKOE</b>		
<b>KIRJALLINEN TEORIAKOE</b>		
<b>A-LISENSSIN TÄYTTYMINEN TODETTU</b>		

HYPPYMÄÄRÄ: \_\_\_\_\_ 12 KK / \_\_\_\_\_ KOK.



# NOVA

OPPILAAN NIMI \_\_\_\_\_

## ALKEISKOULUTUS

SUORITUS	PVM	NHM:n KUITTAUS
<i>t6</i> Tasohyppyjen suoritus <i>t9.2,9.3</i> Suora UH ja SukellusUH <i>t10</i> Perusliikk. vap. (ei Selkäento ja Liuku)		
<b>1</b> Tasohyppy 1, tottuminen vapaaseen, 3 x HV		
<b>2</b> Tasohyppy 2, HV, as. hallinta, eteen, 2 x 90°		
<b>3</b> Tasohyppy 3, stabiili vapaapudotus		
<b>4</b> Tasohyppy 4, käännökset 90°		
<b>5</b> Tasohyppy 5, käännökset 360°		
<b>6</b> Tasohyppy 6, itsenäinen suora UH, tynnyri, TV		
<b>7</b> Tasohyppy 7, sukellusUH, EV, TV, 2 x 360°		
<b>8</b> Tasohyppy 8, 15", ensimmäinen lyhyt vapaa		

Jos tasokoulutuksen aikana oppilaalle tulee 30 vrk tai sitä pitempi hyppytauko, hänen on uusittava edellinen tasohyppy. Tasoilla 5–7 voidaan kouluttajan harkinnan mukaan suorittaa jokin muu aiempi taso, ei kuitenkaan tasoja 1 tai 2. **Tasohyppy 8 tulee suorittaa 14 vrk sisällä tason 7 jälkeen**, muutoin tulee uusia taso 7.

*t8* Yhteenveto: Peruskoulutus \_\_\_\_\_

*t9* Uloshyppytyylit \_\_\_\_\_

*t10.3, 10.7* Selkäento ja Liuku \_\_\_\_\_

*t11* Sääoppi \_\_\_\_\_

*t12* UHP:n määrittäminen (PM) \_\_\_\_\_

*t13* Varusteiden tarkastus \_\_\_\_\_

t14 NOVA-PK:n suoritukset \_\_\_\_\_

t16 PK:n muut suoritukset \_\_\_\_\_

Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)

Pakkaustaidonnäyte \_\_\_\_\_

SUORITUS	PVM	NHM:n KUITTAUS
KIRJALLINEN TEORIAKOE		





# NOVA

OPPILAAN NIMI \_\_\_\_\_

## PERUSKOULUTUS

(hyppyjen 9–11 järjestys on hypystä vastaavan kouluttajan päätettävissä)

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
9 8" Stabiili, mittari, lasku, PM		
10 5" Stabiili, mittari, lasku, PM		
11 5" Stabiili, mittari, lasku, PM		
12 25–60" Selkälento, PM		
13 25–60" Liuku, PM		
14 40–60" FS-liuku, PM		

Jos peruskoulutuksen aikana oppilaalle tulee 30 vrk tai sitä pidempi hyppytauko, hänen on hypättävä totutteluhyppynä 15" ennen seuraavaa ohjelman mukaista hyppyä. Kouluttaja voi määrätä muun tai muitakin suorituksia.

# NOVA

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
1. 5 hyväksyttyä itsenäistä		
2. PM:stä, joilla laskeutuminen		
3. kouluttajan määräämälle		
4. alueelle		
5.		

<i>t17</i> Yhteenveto jatkokoulutuksesta	_____	_____
<i>t18</i> FS-kuviohyppääminen	_____	_____
<i>t19</i> Freehyppääminen	_____	_____
<i>t20</i> Kuvunkäsittely oppilaana	_____	_____
<i>t21</i> Omiin varusteisiin siirtyminen	_____	_____
<i>t29</i> Jatkokoulutuksen suoritukset	_____	_____
<i>t9–13</i> Kertaus	_____	_____

Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)

SUORITUS	PVM	NHM:n/PLHM:n KUITTAUS
VARUSTEIDEN TARKASTUSKOE		
KIRJALLINEN TEORIAKOE		



# NOVA

OPPILAAN NIMI \_\_\_\_\_

## JATKOKOULUTUS

(hyppyjen 15–24 järjestys on hypystä vastaavan kouluttajan päätettävissä)

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
15 40–60” Ryhmähyppy, PM		
16 40–60” Ryhmähyppy, PM		
17 40–60” Ryhmähyppy, PM		
18 40–60” Ryhmähyppy, PM		
19 40–60” Ryhmähyppy, PM		
20 40–60” Valinnainen, PM		
21 40–60” Valinnainen, PM		
22 8–10” Kuvunkäsittely, 2 000 m		
23 8–10” Kuvunkäsittely, 2 000 m		
24 8–10” Kuvunkäsittely, 2 000 m		
25 Koehyppy		KP / AKP / KP:n VALTUUTTAMA NHM/PLHM

Jos oppilas ottaa käyttöön omat varusteet tai käyttää varjoa, jota ei ole tarkoitettu alkeis- tai peruskoulutukseen, tehdään kuvunkäsittelyhyppyt peräkkäin ennen muita suorituksia.

Jos jatkokoulutuksen aikana oppilaalle tulee 30 vrk tai sitä pidempi hyppytauko, hänen on hypättävä totutteluhyppynä 15” ennen seuraavaa ohjelman mukaista hyppyä. Kouluttaja voi määrätä muun tai muitakin suorituksia.

# NOVA

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
1. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
2. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
3. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
4. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		
5. Tarkkuus alle 25 m maalista, PM		

t22	Kaluston tarkastus ja huolto	_____	_____
t23	Pakkaustarkastus	_____	_____
t24	Määräykset, lait ja ohjeet	_____	_____
t25	Käytännön hyppytoiminta	_____	_____
t26	Erikoishypyt	_____	_____
t27	Fysiologia	_____	_____
t28	Riskitekijät, toiminta onnettomuustilanteissa ja ensiapu	_____	_____
t9–13, 18–21	Kertaus	_____	_____
	Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)		

SUORITUS	PVM	KP/AKP/NHM/PLHM:N KUITTAUS
<b>OPPILASPÄÄVARJON PAKKAUS- JA TARKASTUSKOE</b>		
<b>KIRJALLINEN TEORIAKOE</b>		
<b>A-LISENSSIN TÄYTTYMINEN TODETTU</b>		

HYPPYMÄÄRÄ: \_\_\_\_\_ 12 KK / \_\_\_\_\_ KOK.