

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, mittarin käyttö (suoritus 9) t3.6 Avaaminen t7.3 Itseaukaisu 3" (O + H) ***		
7 3" Stabiili, lasku *		
8 5" Stabiili, lasku, (t7.4), (t2.6)		
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 totuttelusuoritus 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 (ei t10.4) _____

t11 Sääoppi _____

t12 Uloshyppypaikan määrittäminen (PM) _____

t15 PL-peruskoulutuksen suoritukset _____

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" SukellusUH + suunta, PM		
13 25–60" 360° käännökset, PM		
14 25–60" Liuku, PM		
15 25–60" Selkälento PM		
16 40–60" Tynnyri ja TV, 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 tarkistus _____

t16 Yhteenveto: Jatkokoulutus _____

t17 FS-kuviohyppääminen _____

t18 Freehyppääminen _____

t19 Kuvunkäsittely oppilaana _____

t20 Omiin varusteisiin siirtyminen _____

t28 Jatkokoulutuksen suoritukset _____

t9-t12 Kertaus _____

Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)

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

PL

OPPILAAN NIMI _____

JATKOKOULUTUS

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

SUORITUS	PVM	KOULUTTAJAN KUITTAUS
18 40–60” Ryhmähypyy, PM		
19 40–60” Ryhmähypyy, PM		
20 40–60” Ryhmähypyy, PM		
21 40–60” Ryhmähypyy, PM		
22 40–60” Ryhmähypyy, 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 Koehypyy		KP / AKP / KP:n VALTUUTTAMA PLHM/NHM

Kun oppilas saa luvan käyttää omia varusteitaan tai käyttää varjoa, jota ei ole tarkoitettu alkeis- tai peruskoulutukseen, tehdään kuvunkäsittelyhypyt peräkkäin ennen seuraavia suorituksia.

Jos jatkokoulutuksen aikana oppilaalle tulee 30 vrk tai sitä pidempi hyppytauko, hänen on hypättävä totutteluhypynä 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**		

<i>t21</i>	Kaluston tarkistus ja huolto	_____	_____
<i>t22</i>	Pakkaustarkistus	_____	_____
<i>t23</i>	Määräykset, lait ja ohjeet	_____	_____
<i>t24</i>	Hyppytoiminnan järjestäminen	_____	_____
<i>t25</i>	Erikoishypyt	_____	_____
<i>t26</i>	Fysiologia	_____	_____
<i>t27</i>	Riskitekijät, toiminta onnettomuustilanteissa ja ensiapu	_____	_____
<i>t9–t13 ja t17–t20</i>	Kertaus	_____	_____
	Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)		

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

HYPPYMÄÄRÄ: _____ 12 KK / _____ KOK. / _____ PL-HYPPYJÄ

NOVA

OPPILAAN NIMI _____

ALKEISKOULUTUS

SUORITUS	PVM	NHM:n KUITTAUS
<i>t6</i> Tasohyppyjen suoritus <i>t9.2.3, t9.3</i> Suora UH ja SukellusUH <i>t10</i> Perusliikkeet vapaassa (ei Selkälento eikä Liuku ja FS-liuku)		
1 Tasohyppy 1, tottuminen vapaaseen, 3 x HV		
2 Tasohyppy 2, HV, as. hallinta, eteen, 2 x 90°		
3 Tasohyppy 3, stabiili vapaapudotus		
4 Tasohyppy 4, käännökset 90°		
5 Tasohyppy 5, käännökset 360°		
6 Tasohyppy 6, itsenäinen suora UH, tynnyri, TV		
7 Tasohyppy 7, sukellusUH, EV, TV, 2 x 360°		
8 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.

* = **HÄTÄHYPPYTOIMENPITEET MUUTTUVAT!** Kuittaus hyväksytyn Tasohyppy 8 arvioinnin yhteyteen

t8 Yhteenvedo: Peruskoulutus _____

t9 Uloshyppytyylit _____

t10.3, t10.7 Selkälento, Liuku ja FS-liuku _____

t11 Sääoppi _____

t12 UHP:n määrittäminen (PM) _____

t13 Varusteiden tarkistus _____

t14 NOVA-PK:n 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 totutteluhypynä 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.		

t16 Yhteenveto jatkokoulutuksesta _____

t17 FS-kuviohyppääminen _____

t18 Freehyppääminen _____

t19 Kuvunkäsittely oppilaana _____

t20 Omiin varusteisiin siirtyminen _____

t28 Jatkokoulutuksen suoritukset _____

t9–t13 Kertaus _____

Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)

SUORITUS	PVM	NHM:n/PLHM:n KUITTAUS
VARUSTEIDEN TARKISTUSKOE		
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

Kun oppilas saa luvan käyttää omia varusteitaan tai käyttää varjoa, jota ei ole tarkoitettu alkeis- tai peruskoulutukseen, tehdään kuvunkäsittelyhyppyt peräkkäin ennen seuraavia 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		

<i>t21</i>	Kaluston tarkistus ja huolto	_____	_____
<i>t22</i>	Pakkaustarkistus	_____	_____
<i>t23</i>	Määräykset, lait ja ohjeet	_____	_____
<i>t24</i>	Käytännön hyppytoiminta	_____	_____
<i>t25</i>	Erikoishypyt	_____	_____
<i>t26</i>	Fysiologia	_____	_____
<i>t27</i>	Riskitekijät, toiminta onnettomuustilanteissa ja ensiapu	_____	_____
<i>t9–t13</i> ja <i>t17–t20</i>	Kertaus	_____	_____
	Vaaratilanteet ja varavarjotoimenpiteet (kertaus)		

SUORITUS	PVM	KP/AKP/NHM/PLHM:N KUITTAUS
OPPILASPÄÄVARJON PAKKAUS- JA TARKISTUSKOE		
KIRJALLINEN TEORIAKOE		
A-LISENSSIN TÄYTTÄMINEN TODETTU		

HYPPYMÄÄRÄ: _____ 12 KK / _____ KOK.