

KOULUTUSOHJELMA – PL					
SUORITUS	KORKEUS	VAPAA	KOMMENTTI (HD viimeistään peruskoulutuksessa, kuten tässä)		21.1.2024
Alkeiskurssi: teoriakoe, terveydentilavakuutus, UH-, VV- ja maahantulokierähdyskoe → ALKEISOPPILAS					
1	PL-hyppy	1000	---	RADIO	Uloshyppy, X-asento, taivutus, lasku ja koneen/HM:n näkeminen.
2	PL-hyppy	1000	---		Asennon pysyminen stabiilina.
3	PL-hyppy	1000	---		Radio vähintään 3 ensimmäisellä hypyllä. VV:n käyttökoe voimassa 2 kuukautta. Varjon käsittelyn arviointi jokaisella hypyllä.
t6b.2	Harjoitusveto				HV:n teoria + harjoituksia maassa ja valjaissa. Oikea rytmi, TAIVUTA – TARTU – VEDÄ.
4	PL-HV-hyppy	1000	---		Stabiili asento, TAIVUTA – TARTU – VEDÄ ja asennon palautus.
5	PL-HV-hyppy	1000	---		Taivutuksen säilyttäminen ja käsin symmetrinen toiminta.
6	PL-HV-hyppy	1000	---		Viimeinen HV ja ensimmäinen IA samana tai seuraavana kalenterivuorokautena.
t3.5 t3.6 t6b.3	Vapaapudotus Avaaminen Itseaukaisu 3"				Laskuvarjon avaaminen itse, vapaan pudotuksen perusteet, apuvarjo turbulenssissa ja IA-varjon pakkaus. HÄTÄHYPPY MUUTTUU → KOULUTUS! Oppitunnin lisäksi harjoituksia maassa ja valjaissa; vaaratilanteet ja VV-toimet (kertaus).
7	Stabiili, lasku	1100	3		HV:n mukainen suoritus. Stabiili asento, TAIVUTA – TARTU – VEDÄ. Hyväksymisväli 2–5".
8	Stabiili, lasku	1200	5		3x3-tark. (t2.6), t6b.4. Stab. asento, lasku 101–102–TAIVUTA–TARTU–VEDÄ. Hyv.väli 4–7".
9	Mittari (lasku)	1600	10		t3.5, t6b.5, t10.1, 3x3-tarkistus ja t10.8 Vaaratilanteet vapaassa KOULUTUS. Avaustoimenpiteiden aloitus mittarin perusteella 1300 m, lasku varmistus. Stabiili, rentoutus, perusas., suunta.
Hyväksytysti TOTUTTELUHYPPY 30 vrk jälkeen: PL ja HV → PL; 3", 5" ja 10" → HV tai muu tai muitakin PLHM:n määräämiä					
t3.6: Avaaminen, kohta HD-apuvarjo (kuittaas koulutuskorttiin = kkk), t8b: PL-peruskoulutuksen koulutusohjelma, t9: UH-tyylit, t10: Perusliikkeet vapaassa (paitsi Etuvoltti t10.4), t11: Sääoppi, t12: UHP:n määrittäminen, t13: Turvallinen varjolla lentäminen ja tarkka laskeutuminen, t15b: PL-peruskoulutuksen hyppysuoritukset; Vaaratilanteiden ja VV-toimien kertaus.					
Oppilasvarjon pakkaaminen, t7 (koko oppilasajan). Peruskoulutusvaiheen kirjallinen teoriakoe → PERUSKOULUTUS					
10	Mittari, PM harj. (HD-totuttelu)	1800	15	+ 3 varjolla lentämisen suorit. (t13) 5 UHP:n MÄÄRITYSTÄ, JOILLA LASKU SUOJELLA LAUSEKUTIMISALUEELLE	Avas mittarin perusteella. Avasmerkki, stabiili, rentoutus, suunta. UHP:n määritysharjoitus kouluttajan johdolla.
11	Suora UH, PM	1800	15		Asennon säilyminen stabiiliin UH:n jälkeen. PM itse.
12	SukellusUH, PM	1800	15		Sukellus pysyy suunnassa. Stabiili, rento asento. PM itse. UH:n vuorottelu →
13	360° käännös, PM	2400–4000	25–60		Hallittu käännös. Pysäytys. Hyväksymisväli ±90°. PM itse. Työsk. lop. 1600 m.
14	Selkälenno, PM	2400–4000	25–60		Perusasennosta selälleen (4 s), palautus ja stabiili. Työskentely lopetetaan 1800 m.
15	Tynnyri ja takavoltti, PM	3000–4000	40–60		Hallittu tynnyri, pysyy suunnassa. Stabilointi tynnyrin jälkeen. Hyväksymisväli ±90°. Hallittu voltti, pysyy suunnassa. Stabilointi voltin jälkeen. Hyväksymisväli ±90°. Työskentely lopetetaan 1800 m.
16	Liuku, PM	3000–4000	40–60		Pitkä, suora, tehokas, nyökkimätön ja suunnassa pysyvää. Työskentely lop. 1600 m.
17	FS-liuku, PM	3000–4000	40–60		Purkumerkki, 180°, liuku 4 s, pysäytys, ilmatilan tark. ja avausmerkki; toistoja. Työskentely lopetetaan 1600 m.
Hyväksytysti TOTUTTELUHYPPY 30 vrk jälkeen: 15" tai muu tai muitakin kouluttajan määräämiä					
t14: Varusteiden tarkistus, t16: Jatkokoulutuksen koulutusohjelma, t17: Oppilaan kuvunkäsittelyhypyt, t18: FS, t19: Free, t20: Omiin varusteisiin siirtyminen, t28: Jatkokoulutuksen hyppysuoritukset; t9–t13: Kertaus; Vaaratilanteiden ja VV-toimien kertaus.					
Varusteiden tarkistuskoe ja jatkokoulutusvaiheen kirjallinen teoriakoe → JATKOKOULUTUS					
18	Kuvunkäsittely	2000–4000	5	OMA VARJO KP:n/AKP:n LUVALLA, t21 (kkk) JA KK-HYPYT 5 UHP:n MÄÄRITYSTÄ, JOILLA LASKUTUMINEN ALLE 50 m SÄTEELLE KOULUTTAJAN MÄÄRÄMÄSTÄ PISTEESTÄ + 3 varjolla lentämisen suoritusta (t17)	Kuvunkäsittelyhypyt hypätään oppaan hyppöohjelman mukaisesti. Hypätyn suoritusten numero merkitään hyppypäiväkirjaan. Kuvunkäsittelyhyppyillä ei tehdä muita vapaapudotussuorituksia ja omalla varjolla peräkkäin. Jos UH-korkeus on suurempi kuin 2000 m, avaus ohjelman mukaisesti.
19	Kuvunkäsittely	2000–4000	5		Ensimmäinen ryhmähypyt. Asennon opettelu. Korkeuden tarkkailu, purku (ensin 1800 m / kokemuksen myötä 1600 m) ja liuku. t18.
20	Kuvunkäsittely	2000–4000	5		Ryhmähypyt valittavissa FS-hyppöohjelman mukaan (Freehyppy ryhmähypynä oppaassa kerrotuin edellytyksin). Kuten 1. ryhmähypyt (suoritus 21), mutta painotetaan jonkin verran myös hyppysuunnitelman onnistumista, painopiste kuitenkin turvallisuudessa. Kaikki 2-FS-suorituksina. Merkintä ohjelman mukaisen hypyn numerosta hyppypäiväkirjaan.
21	Ryhmähypyt, PM	3000–4000	40–60		Freehyppy freehyppöohjelman mukaan edeten. Merkintä hypyn numerosta hyppypäiväkirjaan.
22	Ryhmähypyt, PM	3000–4000	40–60		FS: hyvä vapaapudotusasento, paikallaan pysyminen, käsimerkit, liikkuminen vaakatasossa, ylöspäin ja alaspäin, käännökset, liikkuminen sivuttaisin, otteiden ottaminen, kuvioiden lentäminen, purku, liuku, avaus ja turvallisuus.
23	Ryhmähypyt, PM	3000–4000	40–60		Painopiste turvallisuusasioissa. Purku ainakin ensimmäisellä 1800 m, sitten vähintään 1600 m. FS-hyppöohjelmassa taitojen ja edellisten hyppöjen mukaan edeten. Hypätyn ohjelmahypyn numero merkitään hyppypäiväkirjaan.
24	Ryhmähypyt, PM	3000–4000	40–60		Arvioinnissa pääpaino turvallisuudessa (korkeuden tarkkailu, purku, liuku), mutta painotetaan myös jonkin verran hyppysuunnitelman onnistumista.
25	Ryhmähypyt, PM	3000–4000	40–60		Koko hyppytilanteen hallitseminen käytännössä; t24 ennen hyppyä.
26					