

Ohjeet kilpailutoimintaan poikkeustilanteessa

VERSIO 14.6.2020

Tässä ohjeessa käsitellään Karhulan Katajaiset - Karhulan Urheilijat -seurayhtymän järjestämiä yleisurheilukilpailuita poikkeustilanteen (koronaepidemia) vallitessa.

Lähtökohtanamme on, että järjestämme kisoja, joissa oleellisessa roolissa on turvallisuus, hygienia, lähikontaktien välttäminen ja turvalliset välimatkat osallistujien sekä toimitsijoiden kesken.

Lyhyesti: vältämme tarpeettomia lähikontakteja aina kun mahdollista!

Kts. myös THL:n päivittävät ohjeet: <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/tarttumisen-ja-suojautuminen-koronavirus>.

Ilmoittautuminen kilpailuun

- Kaikki ilmoittautumiset tapahtuvat sähköisesti kilpailukalenteri.fi -palvelun kautta.
 - Huolehdi, että sinulla on lisenssi voimassa, jotta voit ilmoittautua ajoissa kisaan sähköisesti.
 - Ennakkoilmoittautuminen järjestävien seurojen urheilijoille on maksuton.
- Ei ilmoittautumisia paikan päällä!

Saapuminen kilpailupaikalle

- Jos saavut kilpailupaikalle kauempaa, suosittelemme ottamaan kisamatkalle eväät ja välttämään turhia pysähdyksiä matkan varrella.
- Suosittelemme desinfiomaan kädet ennen kilpakentälle saapumista ja sieltä poistuttaessa.
- Pyydämme pitämään mahdollisuuksien mukaan etäisyyttä kaikkiin henkilöihin heti parkkipaikalta lähtien.
- Toivomme, että etäisyys muihin henkilöihin on vähintään 2 metriä, mahdollisuuksien mukaan enemmänkin.
 - Perheenjäsenten ei tarvitse noudattaa turvaväliä keskenään.
- Kilpailupaikalle **EI SAA** tulla, jos olet millään tavalla kipeä tai tunnet vointisi huonoksi. Tämä koskee huoltajia, vanhempia, valmentajia, toimitsijoita ja kisaajia.
- Kilpailupaikalle **EI SAA** tulla, jos lähipiirissäsi on oireileva henkilö.
- Kilpailutapahtumissa saattaa olla kioskitoimintaa, mutta ei välttämättä joka kisassa.
 - Tarkista tarkemmat tiedot kilpailuohjeesta.
- Huomioithan hygieniaohteet (käsien pesu, yskiminen, niistäminen, omat juomapullot ja pyyhkeet). Yskiminen paidan sisään, nenäliinaan (heitä käytetty nenäliina heti pois) tai kyynärtaipeeseen. Pese kädet saippualla heti, jos aivastat.
- Riskiryhmään kuuluvien toivotaan välttävän kilpailutapahtumia.

Kilpailupaikalla

- Jos muuta ohjetta ei ole annettu, erillistä osanoton varmistusta ei ole. Juoksulajeissa saavutaan lähtöpaikalle ja kenttälajeissa ilmoittaudutaan lajijohtajalle.
 - Jos kilpailutiedoissa on annettu ohjeet osanoton varmistuksesta, se korvaa tämän tiedon.
- Tapahtumissamme ei ole kilpailukansliaa. Kilpailunumerot noudetaan yleensä omatoimisesti kuuluttamon luota tai muualta erikseen ilmoitettavasta paikasta.
 - Katso tästäkin tarkemmat kilpailukohtaiset ohjeet.
- Suosittelemme välttämään pukuhuoneiden käyttöä (esim. pue kisa-asu päällesi jo kotona).
- Vessat ovat käytössä: pese kädet saippualla ennen ja jälkeen wc-käynnin tai käytä käsidesiä (noudata erityisen hyvää hygieniaa).
- Huomioi ohjeet käsihygieniasta ja turvaväleistä myös alkua- ja loppuverryttelyn aikana.
- Huoltajien, vanhempien ja valmentajien tulee seurata kilpailua katsomossa tai muuten kilpailualueen ulkopuolelta. Katsomossa tulee noudattaa turvavälejä.
 - Juoksujen lähtö- ja maalialue sekä kenttälajien suorituspaikat on varattu vain lajin kilpailijoiden ja toimitsijoiden käyttöön.
- Keskustelu, tervehtiminen ja positiivisen hengen luominen ovat toivottavaa kisakentällä näiden ohjeiden puitteissa!

Kilpaileminen

Hyppylajit

- Toimitsijat pitävät etäisyyttä kilpailijaan mahdollisuuksien mukaan.
- Kilpailijan tulee suorituksen jälkeen poistua suorituspaikalta reittiä, joka on jätetty vapaaksi ja antaa toimitsijoille mahdollisuus suorittaa tehtävänsä ilman lähikontakteja.
- Odota vuoroasi huomioiden riittävä turvaväli muihin henkilöihin.

Juoksulajit

- Pikamatkat: kisataan käyttäen jokaista rataa normaalisti.
- Pitkät juoksumatkat: kisataan tarpeen mukaan useammassa erässä.
- Odota vuoroasi huomioiden riittävä turvaväli muihin henkilöihin.

Heittolajit ja seiväs

- Suosittelemme käyttämään mahdollisuuksien mukaan omaa heittovälinettä ja omia seipäitä.
- Omien heittovälineiden tarkastus tapahtuu katsomon takana olevassa huoltorakennuksessa.
- Tuo kisaan mukasi oma froteeppyhe, johon voit kuivata heittovälineen
- Ennen jokaista lajisuoritusta ja heti suorituksen jälkeen heittäjä/seiväshyppääjä käyttää omaa tai kisajärjestäjän käsidesiä puhdistuen kätensä.
- Toimitsijat käyttävät hanskoja.

- Toimitsijat desinfioivat yhteiskäyttöiset välineet (seipäät, heittovälineet, rimat) ennen kilpailun alkua ja sen loputtua.
- Odota vuoroasi huomioiden riittävä turvaväli muihin henkilöihin.

Katsomotoiminta

- Katsomossa riittävä turvaväli muihin henkilöihin (pl. perheenjäsenet).
- Jos toivot muiden pysyvän pidemmän välimatkan päässä, voit ystävällisesti kertoa toiveista heille. Mahdollistetaan kaikille mahdollisimman mukava kisakokemus!

Ohjeita toimitsijoille

- Toimitsijat varmistavat yhdessä lajijohtajan kanssa, että suorituspaikalla noudatetaan tarvittavia turvavälejä ja muita ohjeita mm. desinfioinneista.
- Toimitsijatehtäviin kutsuttavien pyydetään varaamaan omat maskit mukaan, jos näkevät sen käytön tarpeelliseksi.
- Toimitsijat noudattavat kilpailijoille annettuja ohjeita ja tutustuvat niihin etukäteen (l. tämä ohjeistus).
- Jos olet sairaana, koet olosi huonovointiseksi tai jos perheessäsi on oireileva henkilö, **ÄLÄ TULE** toimitsijaksi.
- Jokaisella on mahdollisuus päättää osallistumisestaan toimitsijatehtäviin huomioiden oma ja lähipiirinsä turvallisuus. Ymmärrämme kieltäytymiset tehtävistä tähän asiaan vedoten.
- Riskiryhmäläisille suosittelemme toimitsijatehtävien välttämistä.
- Toimitsijakahvitus pyritään järjestämään erillisen ohjeistuksen mukaisesti.