

Smittevernregler for TIL Rennet

Gjeldende for utøvere, funksjonærer, støtteapparat og tilskuere

Hver klubb plikter å gjøre dette kjent for utøvere, foreldre og øvrig støtteapparat, så fort de får det fra arrangør, og bidra til at det etterlevs.

De viktigste tiltakene vi per i dag har for å begrense spredning av koronaviruset er at syke personer holder seg hjemme, avstand og god hånd- og hostehygiene. Råd fra FHI og Norges skiforbund følges og er ytterligere innskjerpet som følge av risikovurdering utført av arrangør.

Viktig! Alle må holde 2 meter avstand med unntak av utøvere i det de konkurrerer.

Personer som velger å benytte munnbind unntas ikke fra avstandsregelen.

Følgende personer skal IKKE møte på arrangementet:

- Du har ett eller flere av følgende symptomer: Hodepine, feber, rennende nese, sår hals, kvalme, nyser eller hoster, er kortpustet, har mistet lukte- eller smakssansen, eller har andre tegn på sykdom (kjente allergisymptomer er unntatt).
- Det er mindre enn 2 dag siden du ble frisk fra sykdom.
- Du har vært i samme husstand med eller hatt tilsvarende nærkontakt med et bekreftet tilfelle av COVID-19 i løpet av de siste 10 dagene.
- Personer som er i en risikogruppe for COVID-19 (definert av FHI) må gjøre vurdering av om de ønsker å delta på ett arrangement med opp mot 200 deltakere.

I forkant av arrangementet:

- Alle som skal på arrangementet, plikter å sette seg inn i reglementet.
- Alle klubber gjør en vurdering av smittesituasjonen i lokalsamfunnene de kommer fra i forkant av arrangementet og vurderer risiko og deltagelse ut fra det i dialog med arrangør. Arrangør forbeholder seg retten til å nekte deltagelse for klubber og personer som bor på plasser med høyt smittetrykk.
- Begrens kontakt med nye mennesker og steder de siste 2-3 dagene før arrangementet.

Transport til arrangementet:

Hvis bruk av offentlig transport til arrangementet må det skje i henhold til smittevern- og avstandsregler for offentlig transport. Ikke ta med mer enn 1 passasjer i privatbil, hvis ikke personen(e) er en del av husstanden din.

Regler under og etter arrangementet:

- 2 meter avstand med unntak av utøvere i det de konkurrerer.
- God hånd og hostehygiene. Vask/desinfiser hendene ofte og ha antibac tilgjengelig der hvor håndvask ikke er mulig. Det vil være antibac tilgjengelig ved inngang til toaletter og ved saftservering.
- Kontaktpunkter desinfiseres av arrangør.
- Alle som ikke står på startliste eller dagnadsliste må registrere seg inn med QRkode for å forenkle en eventuell smittesporing. En person kan gjøre registrering for flere.
- Eventuell betaling foregår kun med vipps.
- Med unntak av toalett er det ingen lokaler. Alt foregår utendørs.
- En og en på toalettene ute. Kø utenfor og avstandsregel overholdes i kø.
- Det serveres ikke mat.
- Utøvere tar saft ved målgang, om ønskelig, legger startnummer i merket sekk og beveger seg så fort som mulig vekk fra målområdet.
- Oppfordrer til skift av klær og rask avreise etter å ha gått seg ned.
- Resultatliste kunngjøres på TIL sin facebookside og hjemmeside.
- Unngå byttelån av tøy, treningsutstyr, drikkeflasker, mobiltelefoner, PC eller andre personlige eiendeler som ikke er nylig rengjort.

Dette klarer vi med velvilje, smil og godt samarbeid. Vi ønsker alle løpere, funksjonærer, trenere, ledere og tilskuere hjertelig velkommen 😊