

Ohjeet sisäliikuntapaikkojen avaamiseksi 1.6.2020 alkaen

Valtioneuvoston periaatepäätöksen 6.5.2020 mukaisesti urheilukilpailut ja -sarjat voidaan käynnistää 1.6.2020 alkaen erityisjärjestelyin, mikä mahdollistaa lajin- ja pelinomaisen harjoittelun käynnistämisen ulko- ja sisäliikuntapaikoilla.

Aluehallintovirastot ovat antaneet 19.5.2020 täsmentävät ohjeet kokoontumisrajoituksiin ja niiden käytännön toteutukseen. Harjoittelun tulee tapahtua alle 50 hengen ryhmissä. 50 hengen rajoitus koskee kokonaisuudessaan kaikkia tapahtumaan osallistuvia pelaajia, valmentajia ja huoltojoukkoja.

Yleiset ohjeet:

1. Ohjeet on käytävä läpi etukäteen koko ryhmän kanssa sekä huolehdittava, että lasten ja nuorten perheet saavat tiedon ohjeista etukäteen. Tiedottaminen on harjoituksen järjestäjän (seura) vastuulla.
2. Kaikkia toimijoita kannustetaan noudattamaan Suomen hallituksen sekä AVI:n (Aluehallintovirasto) linjauksia.
3. Harjoituksiin ei pidä tulla, mikäli henkilöllä on pieniäkään koronavirustartunnan oireita(yskä, nuha, kurkkukipu, kuume, päänsärky, vatsakipu, ripuli) tai hän kuuluu Covid-19 viruksen kannalta johonkin riskiryhmään.
4. Jos epäillään Covid-19-tartuntaa, on noudatettava THL:n ohjeita.
5. Seuran järjestämään harjoitteluun ei pidä ketään yksilöä pakottaa tai painostaa. Valinnan tulee aina olla yksilön itsensä tai yksilöiden itsensä tekemä organisaation (seura) sijaan.
6. Jokainen pelaaja, toimihenkilö ja valmentaja osallistuu harjoitteluun omalla vastuullaan ja tämä on tuotava esille pelaajien lisäksi myös pelaajien huoltajille ennen mahdollisen joukkueharjoittelun aloittamista.
7. Harjoittelussa harjoitusryhmät pyritään pitämään mahdollisimman samoina, siten kun se kyseisessä toiminnassa on mahdollista.

Harjoitustilanteeseen saapuminen, valmistautuminen ja poistuminen:

8. Eri lähikontaktien määrä harjoitusmatkoilla pyritään pitämään mahdollisimman pienenä, autolla kuljettaessa harjoitusmatkoja samoissa autokunnissa suositellaan. Jalan, polkupyörällä tai muulla henkilökohtaisella kulkuneuvolla kulkeminen on aina hyvä vaihtoehto.
9. Osallistujien käytössä on rajoitetut pukuhuone-, suihku- ja wc-tilat. Harjoituksiin tullaan ja poistutaan suoraan harjoitusvarustuksessa.
10. Harjoituksiin ei saavuta ennen oman harjoitusvuoron alkua, eikä tilaan jäädä myöskään harjoituksen päätyttyä. Kohtaamisia pyritään välttämään.
11. Harrastusvälineet desinfioidaan tarvittaessa ennen harjoituksen alkua ja harjoituksen jälkeen. Desinfiointiin kannattaa käyttää suihkupulloa ja sopivaa puhdistusainetta (esim. saippualliuos) tai desinfiointiliinoja.
12. Kaikkien osallistujien tulee pestä kädet ennen ja jälkeen tapahtuman harjoituspaikalla. Lisäksi suositellaan, että jokaisessa harjoituksessa joukkueella on käytössä ja helposti käytettävissä desinfiointiainetta käsien desinfiointiin.

Harjoittelu

13. Yhdessä harjoitteluryhmässä on maksimissaan viranomaismääräysten mukaan 50 henkilöä (sisältää kaikki harjoitukseen osallistuvat henkilöt). Muutoin harjoittelussa ei ole osallistujamääräkohtaisia rajoituksia, mutta kaikessa toiminnassa vältetään toimintatapoja, jotka lisäävät tartuntariskiä.

14. Harjoituksissa ei käytetä liivejä. Jos liivejä tai eri värisiä paitoja tarvitaan harjoituksen läpiviemiseksi, on varusteiden oltava pelaajien henkilökohtaisessa käytössä ja ne on pestävä kotona harjoitusten välissä.

15. Merkkikartioita ja muita valmennuksen apuvälineitä käsittelee vain yksi henkilö.

16. Harjoittelutilassa/alueella ei ole toiminnan kannalta ei-välttämättömiä henkilöitä (mm. katsojat).

17. Kaikkien osallistujien on huolehdittava omasta käsihygieniastaan, jonka lisäksi vältettävä ylävitosia, läpsyjä, halauksia.

18. Kädet on pestävä/desinfioitava huolellisesti ennen ja jälkeen pelivälineiden kuten pallojen, mailojen, maalien siirtoa ym. käyttöä.

19. Niistämistä, yskimistä, aivastamista kentällä on vältettävä. Sylkeminen kentällä on kokonaan kielletty. Jos on pakko yskiä tai aivastaa, se on tehtävä hihaan tai paidan sisään.

20. Niistäminen tapahtuu harjoitusalueen laidalla kertakäyttönenäliinaan ja tämän jälkeen kädet tulee pestä tai desinfioida. Käytetty nenäliina laitetaan aina jättepisteeseen. Harjoituksen järjestäjän on huolehdittava tarpeellisesta määrästä jättepisteitä kentän laidalla.

Lisätietoa harjoitteluun löytyy Olympiakomitean sivuilta:

<https://www.olympiakomitea.fi/2020/05/19/ajankohtaista-tietoa-koronavirustilanteen-vaikutuksesta-urheiluun/>