

## **PYRINTÖ YLEISURHEILUJAOSTO**

**Ohjeistus harjoitteluun välillä 08.03.2021 – 28.03.2021**



### **Yleistä:**

- Harjoituksiin osallistutaan vain täysin terveenä
- Valmentajat käyttävät maskia harjoituksissa koko ajan
- Harjoituksiin tullaan omalla vastuulla ja vanhempien päätöksellä – harjoitustilanteesta pyritään tekemään mahdollisimman turvallinen kaikille
- Jokaisella tulee olla harjoitustilanteessa oma juomapullo
- Pirkkahalliin mennään vasta valmentajan johdolla
- Kädet pestään lähtiessä harjoituksiin ja kotiin päästyä
- Kädet desinfioidaan halliin tullessa ja sieltä lähdettäessä
- Urheilijoiden huoltajat eivät tule halliin sisälle
- Osallistujat ohjeistetaan oikeanlaiseen käsi- ja yskimishygieniaan sekä oikeanlaiseen toimintaan oireiden ilmaantuessa ja koronatestiin hakeutumisessa
- Harjoitukseen tulee ilmoittautua etukäteen
- Harjoitusvuorot tulee varata varausalustalta (valmentajat)
- Kulku molempiin halleihin tapahtuu aina A-hallin pääovista
- Valmentajat ovat vastuussa siitä, että ruuhkatilanteita ei pääse syntymään. Käytetään hallin tila laajasti.
- Mahdollisiin muutoksiin reagoidaan nopeasti

### **T/P 2013-2008 valmennusryhmät sekä T/P 2014-2016 urheilukoulu**

- Ryhmät harjoittelevat normaalin ohjelman mukaan ilman rajoituksia
- Pirkkahallin ryhmäharjoitukset sijoittuvat aikavälille klo 17.00-20.00
- Kilpaileminen Pirkanmaan sairaanhoitopiirin alueella on sallittua

### **T/P 2007-2006 syntyneet**

- Harjoitukset toteutetaan 10hlö pienryhmissä niin että ryhmät EI sekoitu välillä 08.03 – 28.03.
- 2007-2006 syntyneet harjoittelevat Pirkkahallin A-hallissa arkisin klo 17.00-20.00 välillä, B-hallin seuravuoroilla klo 18.00 alkaen sekä viikonloppuisin hallin varaustilanteen mukaan myös muina aikoina. Harjoitusvuorot varataan etukäteen yhteisestä varausjärjestelmästä.
- Harjoitukset toteutetaan ilman kontaktia, THL:n ja OKM:n turvaväliohjeistuksen mukaisesti

### **T/P 2005-2002 syntyneet**

- Harjoitukset toteutetaan 10hlö pienryhmissä niin että ryhmät EI sekoitu välillä 08.-28.03.
- Harjoitusvuorot varataan etukäteen yhteisestä varausjärjestelmästä
- Harjoitukset toteutetaan ilman kontaktia, THL:n ja OKM:n turvaväliohjeistuksen mukaisesti

### **Yli 20v. huippu-urheilu**

- Toiminta jatkuu ilman rajoituksia
- Harjoitusvuorot varataan etukäteen yhteisestä varausjärjestelmästä

### **Yli 20v. aikuisten harrastustoiminta**

- Toiminta on toistaiseksi keskeytettynä