

PYRINTÖ

Ohjeistus harjoitteluun välillä 16.03.2021-05.04.2021



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
- Kädet pestään lähtiessä harjoituksiin ja kotiin päästyä
- Urheilijoiden huoltajat eivät tule harjoitustilanteeseen
- Osallistujat ohjeistetaan oikeanlaiseen käsi- ja yskimishygieniaan sekä oikeanlaiseen toimintaan oireiden ilmaantuessa ja koronatestiin hakeutumisessa
- Harjoitukseen tulee ilmoittautua etukäteen
- Valmentajat ovat vastuussa siitä, että ruuhkatilanteita ei pääse syntymään.
- Mahdollisiin muutoksiin reagoidaan nopeasti

Lasten ja nuorten urheilu

- Harjoitukset toteutetaan 10hlö pienryhmissä ulkona, etäyhteyksin tai omatoimisin ryhmäkohtaisten ohjeiden mukaisesti
- Harjoituksissa noudatetaan OKM:n ja THL:n turvaohjeita (mm. 2 metrin turvaväli)
- Peli- ja kilpailutoiminta on keskeytetty

Huippu-urheilu

- OKM:n määritelmän mukainen ammattilais- ja maajoukkueurheilu jatkuu normaalisti, esimerkiksi:
 - Koripallon pääsarjat
 - Yleisurheilun aikuisten 5 luokkapisteen urheilijat
 - Cheerleading naisten edustustoiminta
 - Suunnistuksen aikuisten edustusryhmät
 - Painonnoston edustustoiminta

Aikuisten harrastustoiminta

- Toiminta sisätiloissa on toistaiseksi keskeytettynä