



1. alueen mestaruushiihdot ja  
 Vihdin Viestin 70-vuotisjuhlahiihdot  
 Tarmonmajalla Vihdin Nummelassa  
 lauantaina 20.02.2021  
*kilpailunumero 664 – hiihtotapa vapaa*



# Ohjeet ja suositukset koronapandemian johdosta

Kilpailulle on myönnetty Aluehallintoviraston ja paikallisen terveystieteiden laitoksen lupa sillä ehdolla, että seuraavia ohjeita noudatetaan.

**Sairaana tai hengitystieinfektio-oireisena kilpailualueelle saapuminen on kiellettyä. Tämä koskee sekä kilpailijoita, huoltajia että toimitsijoita.**

## Yleisö ja huoltajat:

Kilpailut järjestetään ilman yleisöä.

Kilpailualueelle voi tulla vain yksi huoltaja/kilpailija.

Kilpailualueella ollaan vain pakollinen verryttely- ja kilpailu-aika ja poistutaan välittömästi oman suorituksen jälkeen.

## Kasvomaskit:

Kilpailualueella käytetään kasvomaskia. Kilpailusuorituksen aikana kasvosmaskeja ei käytetä. Jokainen käyttää omaa kasvomaskiaan. Järjestäjä ei tarjoa maskeja, eikä niitä ole myytävänä kilpailualueella.

## Turvavälit:

Yleistä suositusta 2m turvaväleistä suositellaan noudatettavaksi kilpailualueella kilpailusuorituksen ulkopuolella.

## Sisätilat ja kokoontumiset:

Kilpailualueella ei ole käytössä sisätiloja tai pukeutumistiloja.

WC:t sijaitsevat majan päädyssä – käynti tapahtuu ulkokautta.

Tapahtumassa ei ole kisakahviota tai makkaragrillia.

Suosittellemme kaikkia noudattamaan HUS:n suositusta kokoontumisista pienellä alueella ( = maali- ja lähtöalue ). Urheilijoita ja huoltajia saa olla kerralla koolla korkeintaan 10 henkilöä.

## Lähtölistat, tulokset ja kilpailunumerot

Kilpailutoimistoa ei ole käytössä.

Kilpailunumerot noudetaan omatoimisesti majan ulkopuolella olevasta katoksesta. Lähtöalueelle siirrytään oman lähtöajan mukaisesti. Lähtöalueella ryhmittäessä huomioidaan turvavälit.

Maaliin tultua kilpailija ottaa itse numeronsa pois ja palauttaa sen numeroille tarkoitettuun laatikkoon ja poistuu maalialueelta välittömästi maaliin tultuaan.

Maalissa ei ole mehujakelua.

Lähtölistoja ja tuloksia varten ei ole tulostauluja.

Lähtölistat ja tulokset löytyvät kilpailun nettisivuilta [www.vihdiviesti.sporttisaitti.com](http://www.vihdiviesti.sporttisaitti.com).

## Palkinnot:

Mitalit noudetaan omatoimisesti sarjan tulosten valmistuttua majan ulkopuolella olevasta katoksesta.

## Käsihygieniä:

Suosittelomme runsasta ja usein tapahtuvaa käsien desinfiointia erityisesti WC-käyntien yhteydessä.

## Ensiapu:

Kilpailukeskuksessa on ensiapupiste. Ensiapu on tarkoitettu kilpailuissa vammautuneiden tai loukkaantuneiden ensiapua varten. Ensiapuun ei saa tulla kuumeisena tai jos on muita hengitystieinfektio-oireita. Mikäli kilpailujen aikana osallistujalle ilmenee hengitystieinfektio-oireita, on vältettävä ehdottomasti kontakteja muihin ihmisiin kilpailualueella ja otettava yhteyttä itse suoraan ensisijaisesti oman kotipaikkakunnan infektiovastaanotolle ja hakeutua koronatestiin. Suosittelemme kaikkia noudattamaan sekä **HUS:n antamia ohjeita** ammattilais- ja kilpaurheilijoiden harjoittelu- ja kilpailutoiminnasta että **THL:n ja opetus- ja kulttuuriministeriön vastaavia ohjeita**.

Suosittelomme koronavilkku-sovelluksen lataamista matkapuhelimeen.

*“Ammattilais- ja kilpaurheilijoiden harjoittelu pyritään turvaamaan siten, että harjoittelua voi jatkaa, mikäli se on turvallista ja kokoontumisrajoituksia sekä kokoontumisia koskevaa ohjetta pystyy noudattamaan.”*

