

Smittevernplan Bjerke IL Ski – BAMA skiskytterfestival 13.-14.3.2021

Sist revidert:

1	11.03.2021	Hans P Kvarsnes	Rennleder
2			
3			

Innledning

Denne protokollen består av retningslinjer som er utarbeidet med hensikt å skape forsvarlige rammer for å arrangere Bama skiskytterfestival 13-14.03.2021. Protokollen er utarbeidet etter råd fra helsemyndighetene og Norges Skiskytterforbund. Covid-19 forskriften og regjeringens retningslinjer for idrett vil være gjeldende. I tillegg kan det ved arrangementstidspunktet være lokale regler man må ta hensyn til. Kravene og restriksjonene kan virke omfattende, men disse er utarbeidet for å ivareta sikkerheten til løpere, støtteapparat, arrangør og andre som blir påvirket av rennet.

Gjeldende regler:

[Nasjonale tiltak](#)

[Norges skiskytterforbunds koronaveileder](#)

[Lokale regler Nannestad](#)

1. Geografisk begrensning for påmeldte løpere med foreldre og foresatte

For Oslo og Akershus skiskytterkrets gjelder for tiden følgende: arrangement som arrangeres av klubber som tilhører Oslo og Akershus Skiskytterkrets er inntil videre kun åpne for utøvere fra klubber tilknyttet skiklubber i Oslo og Akershus Skiskytterkrets, samt utøvere fra andre skikretser som har fast tilhold i Oslo/Akershus, f.eks. Wang-elever, NTG-elever og studenter. Det betyr at utøvere fra andre kretser skal fjernes fra startlisten.

Bama skiskytterfestival vil derfor være et kretsrenn for utøvere fra klubber tilhørende Oslo og Akershus Skiskytterkrets. Begrensningene gjelder både løpere, foreldre og trenere.

Dersom kommuner har lokale retningslinjer med konkurranseforbud, vil Bjerke IL Ski anmode løpere fra disse kommunene ikke melder seg på/trekker seg fra rennet.

2. Generelle bestemmelser

- Gjennomføring av arrangementet med planlagte smittevernregler vil være avhengig av vurdering fra kommunelegen i Nannestad kommune. Kommunelegen har gitt oss tilbakemelding på planen Torsdag 4.3.2021.
- Bjerke IL Ski har nulltoleranse for deltakere/støtteapparat/funksjonærer med luftveissymptomer.
- Funksjoner i arrangementet:

Funksjon	Navn	Mobil	Mail
Rennleder	Hans Petter Kvarsnes	92413363	rennleder@bjerke-il.no
Ass. Rennleder- arrangement ansvarlig	Thomas Rudberg Johansen		Thomas.r.johansen@gmail.com
Smittevernansvarlig/Sanitet	Janette Lyngås	46796005	Jeanette.lyngaas01@gmail.com
Standplassleder	Øyvind Oppegård	98064818	Oyvind.lajopp@gmail.com
Løyper og arena	Nils Jørgen Holter		

Sekretariat/rennkontor	Ingebjørg Larjord		Ingebjorg.lajord@nannestad.kommune.no
Tidtaking	Lasse Rogne		
Start	Ole Gunnar Johnsrud	48268159	
Parkering		90087775	
Speaker	Nils Erik Solbakken	95824160	nilserik@nordbymaskin.no
Målområde	Øyvind Kittelsby		
Premier	Thomas Rudberg Johansen	91837004	
TD	Rune Totland	99465002	
Ass.TD	Mareena Brennare		Mbrennare@gmail.com

- Arrangementet er planlagt slik mht. gruppestørrelse og tidsplan:
 - o Alle kohorter: Maks. 200 personer: 100-130 deltakere, 70-100 foreldre/trenere/støtteapparat.
 - o Funksjonærer kommer i tillegg til de maks. 200 pr. kohort.
 - o Tidsplan

	Kohort 1 «Klasse»	Kohort 2 «Klasse»	Kohort 3 «Klasse»		
Innslipp parkering	08.00-09.00	12.00-13.00			
Innslipp arena	08.15	12.15			
Innskyting	0900-1000	13.00-1400			
Start	10.15-	14.15			
Mål	10.15-1130	14.15-15.00			
Forlate arena/parkering senest	11.45				
Startnummer	1-100	101-200			

- Alle funksjonærer, deltakere og støtteapparat må registreres. Bjerke IL Ski skal oppbevare komplette lister i 10 dager etter arrangementet i forbindelse med en eventuell smittesporing. Bjerke IL Ski kan ta ut lister over navn med telefonnummer ut fra påmelding av løpere og støtteapparat i Minidrett/registering via Forms.
- Bjerke IL Ski sikrer at uvedkommende ikke er på området ved å sperre av parkeringer. Det er to separate parkeringsområder for bedre logistikk mellom kohortene.
- Funksjonærer har på arrangementsvester.
- Alle skal bære munnbind inne på skistadion når ski ikke er på beina. Det gjelder utøver og støtte

3. Smittevern

De viktigste tiltakene for å hindre smitte med SARS-CoV-2 (koronavirus) er å:

1. holde seg hjemme ved sykdom
2. holde minst 1 meters avstand til andre
3. praktisere god hånd- og hostehygiene.

Nær ansikt-til-ansikt-kontakt innebærer høyest risiko. Å stå rygg mot rygg, eller etter hverandre, som i kø, gir mindre risiko for smitte. Personer som passerer hverandre utgjør liten smitterisiko. Det er, i henhold til FHI, ikke nødvendig med munnbind hvis man respekterer 1- metersregelen. Vi ønsker likevel at alle skal bruke munnbind på skistadion når man ikke har ski på beina. Arenaområdet er stort nok til at det skal være mulig å overholde 1-meters regelen. Det vil være tilgjengelig hånddesinfeksjon på arena. Bjerke IL Ski skal sørge for at ledere, funksjonærer og frivillige blir gjort kjent med smittevernreglene på forhånd. En viktig oppgave for funksjonærer vil være å veilede løpere og støtteapparat på stadion.



Foreldre/støtteapparat og løpere

Foreldre/støtteapparat skal ikke møte opp på rennet med dersom de ikke er registrert som ledsager på forhånd. På Nordåsen må alle komme til arrangementet i bil. Kollektivtransport er ikke aktuelt. Foreldre/støtteapparat og løpere skal ikke være i nærkontakt med andre enn egen familie og arrangøren anbefaler at de kjører rett fra egen husstand til rennet og kjører hjem igjen.

Parkering

Parkeringsområdet som er tilknyttet rennet er kun tilgjengelig for registrerte løpere, foreldre og støtteapparat. Det vil være vakter ved disse parkeringslommene som sjekker at de som slipper inn er registrert på forhånd. Funksjonærer vil bli henvist til egen parkeringsplass.

Påmelding og adgang til arena

Påmeldingsfristen vil være en uke før start. Det vil ikke være anledning til etter anmelding. Etter at påmelding har gått ut vi arrangøren sende ut info om hvordan man registrerer foreldre/støtteapparat.

Startnummer (og evt startbrikker) pakkes i pose og henges opp for henting. Se arenakart.

Løyper

Løypene vil ikke bli avstengt, men Bjerke IL Ski vil henstille til at løpere og foreldre/støtteapparat viser hensyn dersom de beveger seg i løypene under rennet.

Start og målområde

Ved start vil det bli laget en romslig startzone kun for løpere.

For å unngå oppsamling av folk må løpere til å ta av seg oppvarmingstøy før de går til startområdet.

De skal også forlate målområdet så snart løperen er i mål. Løpere og funksjonærer må være bevisste på dette. Lånebrikker og startnummer leveres når man henter premie.

Premieutdeling/resultater

Sted for premieutdeling er merket på arenakart. Lik premie til alle løpere. Utdeles mot innlevering av startnummer og lånebricke. Resultatlistene publiseres på Rennets hjemmeside.

Arrangements hus med tidtaking og rennkontor

Det vil ikke være adgang til arrangements hus for løpere og støtteapparat. De som trenger kontakt med jury, rennleder etc, kan henvende seg til funksjonær utenfor arrangementshuset og vil settes i kontakt med rette vedkommende.

Informasjon

Det settes opp plakater ved parkering og arena med oppfordring om å holde avstand. Speaker skal også opplyse om dette og generelle smittevernregler for rennet.

Kafe/servering

Bjerke IL Ski vil ikke ha kafe eller salg på arenaen. Varmestua vil være stengt for publikum. Hver deltaker vil imidlertid få utdelt en enhet med drikke/ferdigpakket mat når de forlater stadion med en lapp hvor de oppfordres til å vipse oppgitt beløp.

Toaletter/renhold/nedvask/dusj

Det vil være tilgjengelige 4 stk toaletter i varmetua og 4stk i garderobedelen av klubbhuset, se arenakart. Her vil det være vakter som sørger for køkultur med god avstand, samt renhold. Kontaktpunkter og toaletter vil vaskes ned mellom kohortene. Det vil ikke være tilgjengelige garderober eller dusjer under arrangementet.



Bjerke IL
Ski



Kontaktperson og prosedyre hvis hendelse:

Ved skade, akutt sykdom kontaktes rennlege. Dersom noen på arena ikke føler seg i form/ får infeksjonssymptomer skal de snarest forlate området og forholde seg til fastlege/legevakt ved behov. Disse skal ikke vurderes av rennlege.

Funksjonærer:

Arrangementsinfo og smittevernplan går gjennom med alle funksjonærer før løpet. Funksjonærene får instruksjoner om sine oppgaver og at de skal holde avstand.

Vedlegg:

1. Arenakart og løypekart
2. Risikoanalyse
3. Sjekkliste



Vedlegg 2 – Risikovurdering – Bama Skiskytterfestival - Nordåsen skistadion

Versjon 28.02.2021

Arrangementsdato(er): 13 og 14 mars 2021

Alle arrangører av skirenn skal:

1. Gjøre en risikovurdering av aktiviteten som planlegges
2. Utarbeide smittevernplan
3. Forholde seg til lokale regler og sørge for nødvendig varsling og og tillatelser fra lokale helsemyndigheter.

Utgangspunktet for denne vurderingen er:

- [Folkehelseinstituttet \(FHI\) «Råd ved arrangementer, samlinger og aktiviteter»](#)
- [NSF's koronaveileder](#)
- [Lokale regler i Nannestad](#)

Vurdering utført av: Kjartan Roland (leder Bjerke IL Ski)
Hans Petter Kvarsnes (Nestleder Bjerke IL Ski, Rennleder Bjerke skiskytterfestival)
Thomas Rudberg Johansen (Barneidrettsansvarlig Bjerke IL Ski)

Nordåsen skistadion

Skistadion ligger 5 km nord for Maura i Nannestad kommune. Stadion ligger i Bjerke Almenning og er en utendørs langrenn- og skiskytingsarena med varmestue med toalettfasiliteter og garderober, og et bygg for sekretariatet/rennkontor. Annen bygningsmasse er forskjellige garasjer hvor det oppbevares maskiner og utstyr. Parkeringsarealer sør for stadion (myra), på stadion, og nord for stadion (Grustaket)

Risikovurdering for godt smittevern ved arrangement Bjerke IL Ski – BAMA skiskytterfestival

Risikofaktor	Intern vurdering	Risikoreduserende tiltak	Utføres el Vurderes
Innendørs eller utendørs arrangement	Arrangementet er et skirenn og foregår utendørs over et stort areal.	Dette og flere andre punkter er beskrevet i Smittevernplan for arrangementet	Utføres
Antall deltakere	Det kan være kohorter med inntil 200 deltakere. Inkluderer deltakere og støttepersonell. Kohortene kan skiftes ut i løpet av dagen, men må ikke komme i kontakt med hverandre. Arrangør kommer i tillegg til de 200.	- Følge nasjonale og lokale retningslinjer som gjelder ved arrangementsdato. P.t 200. Påmelding begrenses/antall kohorter justeres - Tidlig påmeldingsfrist - Registrering av deltakere - Oppfordre til å holde avstand	Utføres
Geografisk deltakelse	Deltakelse fra Oslo og Akershus skiskytterkrets.	- Deltagelse begrenses til at man må være tilknyttet Akershus skikrets, jmf Nasjonale smittevernsregler.	Utføres
Opphopning av folk utendørs	Størst risiko ved henting av startnummer, ved start, ved målgang, premiering, toaletter. Gir økt kontakt.	- Startnummer gjøres klar på forhånd, ingen kontakt. - Begrenset adgang til start og målområdet. - Enkeltstart. - Lik premie til alle. Utleveres ved henting av startnummer. - Funksjonærer minner om avstand, samt holder orden på kø ved toaletter. - Nærmere beskrevet i Smittevernplan for arrangementet	Utføres
Opphopning av folk innendørs	Garderober, varmetue, sekretariat og kiosksalg kan gi økt kontakt.	- Innendørs arealer holdes stengt for deltakere og støtteapparat.	Utføres
Matservering	Det er et innendørs utvalg av matvarer i varmetua. Det er også utendørs matservering (grill).	- Tradisjonelt salg utgår. Deltakere får imidlertid en enhet med drikke/ferdipakket mat når de forlater stadion	Utføres
Åpent arrangement	Det er ikke normalt med publikum på slike arrangement annet enn nære støttespillere til deltagerne. Andre som f.eks turløpere benytter egen parkering og utgangspunkt ca. 1 km lenger nord enn selve skistadion.	Ikke aktuelt.	
Transport	Det er ingen kollektivtransport til skistadion. All transport til skistadion skjer med bil.	Ikke aktuelt.	
Varighet på arrangementet	Det er antatt at det vil være personer på skistadion fra kl 08.00-19.00. De eneste som vil være der hele perioden er nøkkelpersoner fra arrangøren. Deltagerne oppholder seg der normalt rundt tiden de skal delta. For en normal deltager er det antatt å være ca. 1,5-2 timer.	Reguleres av tidsplan.	Utføres
Hygiene og avstand	Få kontaktpunkter på arena. Toaletter kan gi økt risiko for smitte.	- Sette ut sprit der det kan være ansamling av folk. - Sprit, vask og såpe på alle toaletter. - Funksjonærer tørker av kontaktpunkter som dørhåndtak og vasker jevnlig. Vaskes ned mellom kohortene. - Plakater med info. Speaker opplyser om tiltak. Informasjon på hjemmeside.	Utføres

Vedlegg 3 – Sjekkliste godt smittevern under BAMA skifestival

Sjekkpunkt	Kommentar	Led er	Smit te	Løyp er	Se kr	Ti d	Sta rt	Par k	Spe ak	M ål	Prem ie
Informere alle funksjonærer	Rennleder informerer ansvarlige på sine områder. De ansvarlige på hvert område informerer «sine» videre.	X	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Informere deltakere/foresatte	Generelt om smittevern, sykdom, avstand og hygiene. Mail pluss på stadion.				X				X		
Registrere deltakere og funksjonærer.	Sekretariat lager lister. Parkering registrerer, deler ut vester til funksjonærer.				X			X			
Sperre av parkering, registrere oppmøtte sluse folk inn til arena								X			
Holde avstand, unngå opphopning		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Avgrense løyper. Sperre ved start/mål.	Merke løyper.			X							
Gjøre klarstartnumm er og startlister	Henges opp slik at løpere henter. Gjøres klart per Kohort				X						
Løpere tar av oppvarmingstø y før de kommer til startområde							X		X		
Ta inn startnummer. Dele ut premier	Leveres i søppelstativ i målområdet									X	X
Plakater med info om smittevern	På vei inn i arena, ved toaletter.		X								
Desinfeksjon i arrangementshus og ved toaletter.			X								
Munnbind, engangshansker tilgjengelig for funksjonærer	I arrangementshus		X								
Tørke over kontaktpunkter underveis og etter arrangement.	Toalettområde. Arrangementshus. Vaske over mellom kohorter		X								



Startlister, løypekart	Til start, oppslag, sekretariat, speaker				X						
Sanitetsutstyr	Førstehjelpsutstyr/tepper/hjer testarter		X								
Kjøretøy til utrykning	Scooter klar på arena.			X							
Kommunikasjon	Hentes på arr.hus. Bruke lokal Bjerkekanal.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Funksjonærves t	Hentes på arr.hus. Leveres etter arrangement. Gul til parkering. Blå til øvrige.						X				



Bjerke IL
Ski

