



Smittevernplan for Innlandet Regioncup 13. og 14. mars 2021.

Innledning

Denne protokollen består av retningslinjer som er utarbeidet med hensikt å skape forsvarlige rammer for å arrangere Innlandet Regioncup 13. og 14. mars. Protokollen er utarbeidet etter råd fra helsemyndighetene og Norges Skiforbund. Covid-19 forskriftene og regjeringens retningslinjer for idrett vil være gjeldende.

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.

1. Geografisk begrensning for påmeldte løpere med foreldre og foresatte.

På bakgrunn av gjeldende nasjonale retningslinjer vedr idrettsarrangement for barn og unge vil Innlandet Regioncup være et kretsrenn for utøvere fra klubber, samt utøvere med bostedsadresse tilhørende Innlandet idrettskrets og i alderen 15-20 år. Utøvere som deltar i skirenn tilknyttet Innlandet idrettskrets vil ikke kunne delta i skirenn i andre idrettskretser.

Begrensningene gjelder både løpere, foreldre og trenere.

Alle må, og har et personlig ansvar for å sjekke sin egen kommunes nettside, og følge de lokale råd som gis der. Om din kommune eller din skiklubb har satt begrensninger på deltakelse i idrett, kan du ikke komme til arrangementet. OBS! Det samme gjelder om du til daglig går på skole, men ikke bor, i en kommune med restriksjoner på idrett.

2. Generelle bestemmelser.

Gjennomføring av arrangementet med planlagte smittevernregler vil være avhengig av vurdering og aksept fra kommunelegen i Ringsaker kommune.

MjøsSki har nulltoleranse for deltakere/støtteapparat/funksjonærer med luftveissymptomer.

Sentrale personer:

Smittevernansvarlig: Heidi Hjemli 909 31 273.

Rennleder: Trond Opsal 995 86 638.

Løypesjef: Andreas Haave 975 99 468.

Rennkontor: Tine Opsal 954 71 317.

Tidtakning: Jon-Anders Bordal 481 73 401.

Speaker: Anne Marit Bordal lørdag og Arild Johansen søndag.

TD lørdag: Morten Sundal 934 12 591.

Ass TD lørdag: Helge Andreas Nordli 900 35 144.

TD søndag: Morten Moen 454 04 464.

3. Arrangementet er planlagt slik mht. gruppestørrelse og tidsplan.

Lørdag:

Kohort 1: J/G 15 år, J/G 16 år, K/M 17 år (inn slipp stadion – 07:30)

Maks.200 personer: Inn slipp til arena kl. 07:30, start kl. 09:00. Stadion tømt kl. 12:20

Kohort 2: K/M 18 år og K/M 19-20 år (inn slipp stadion – 12:40)

Maks.200 personer Start 13.30

Søndag:

Kohort 1: J/G 15 år, J/G 16 år, K 17 år og K18 år. (inn slipp stadion – 08:00)

Maks.200 personer: Inn slipp til arena kl. 08:00, start kl. 10:00. Stadion tømt kl. 11:15

Kohort 2: M17 år, M18 år og K/M19-20 år (inn slipp stadion – 12:00)

Maks.200 personer. Start 13.00

Funksjonærer kommer i tillegg til de maks. 200 pr. kohort. Det vil være samme funksjonærstab for de 2 kohortene iht. Skiforbundets regler.

Pulje 1 skal være ute av arenaen før pulje 2 slippes inn. En person skal ikke kunne delta på flere puljer. Dette gjelder både løpere, foreldre og støtteapparat.

Sluser for trafikk inn og ut til arenaen vil separeres for å skape avstand mellom folk.

Det er tillat med en foresatt/trener pr. deltaker.

Alle foreldre og støtteapparat må registreres på Questback med link som er tilsendt på mail. MjøsSki skal oppbevare komplette lister i 10 dager etter arrangementet i forbindelse med en eventuell smittesporing. MjøsSki kan ta ut lister over navn med telefonnummer ut fra Questback registreringen.

Det vil bli iverksatt tiltak for å unngå publikum, inkl. akkrediterte foreldre, trenere og støtteapparat, i start- og målområdet.

4. Smittevern

De viktigste tiltakene for å hindre smitte med SARS-CoV-2 (koronavirus) er å holde seg hjemme ved sykdom, holde minst 1 meters avstand til andre og 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 har ikke krav eller anbefaling om bruk av munnbind ved arrangementet. Det kan være at enkelte funksjonærer vil bruke munnbind dersom vi ser at de vanskelig kan overholde 1- meters regelen gjennom den oppgaven de skal utføre på rennet.

Arenaområdet er stort nok til at det skal være mulig å overholde 1-meters regelen.

Det vil være tilgjengelig hånddesinfeksjon på arena.

MjøsSki 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.

5. Foreldre og publikum.

Foreldre og publikum skal ikke møte opp på rennet med mindre de har en spesifikk oppgave i forbindelse med arrangementet. Foreldre og publikum får ikke tilgang til arenaområde så lenge de ikke er akkrediterte.

6. Start og målområde.

Start og målområde vil bli sperret av for alle som ikke har en relevant funksjon i tilknytning til løpet.

Foreldre som ikke har en rolle tilknyttet et barn har ikke mulighet til å oppholde seg ved start og målområde. Ved start vil det bli laget en romslig startzone kun for løpere.

Det samles ikke mer enn 200 totalt på området under selve rennet (eks. funksjonærer).

Løpere og støtteapparat skal forlate området så snart løperen er i mål.

7. Parkeringsplass tilknyttet rennet.

Parkeringsområdet vil vi avgrense noe. Det vil være vakter på parkeringsplassen som separerer akkrediterte til rennet og de som ikke har noe med rennet å gjøre.

8. Løyper.

Løypene vil ikke bli avstengt, men MjøsSki vil henstille til at publikum/fremmede ikke går ut i løypene under rennet.

9. Påmelding og adgang til arena.

Det vil ikke være anledning til etteranmelding.

Alle foreldre/ledsagere/støtteapparat som skal inn på arena må være registrert gjennom QR-koden.

Alle deltakere kan ha med maks en person som ledsager/støtteapparat.

Det er viktig på forhånd å minne løpere på at de må løst lisens før de stiller til start i rennet.

Startnummer og for de som trenger brikke vil henge på rekke og må hentes av utøver selv.

Det vil stå personer å krysse av for henting og som kan være behjelpelig ved spørsmål.

Funksjonærer vil ha egne vester.

Synlig akkreditering (startnummer) kreves for å komme inn på startområde. Det oppfordres til at alle ikler seg sitt «startnummer» før de skal inn på arena. Dette for å unngå kø i inngangspartiet.

Det vil bli avsatt et stort område mellom start og mål for løpere og støtteapparat.

10. Rennkontor og målhus.

Det vil ikke være adgang til rennkontoet for løpere og støtteapparat. All kontakt til rennkontoet vil måtte foregå på telefon. Målhus med tidtakerstab, speaker og jury/TD vil også være stengt på samme måte.

11.Målgang med premieutdeling og uten drikke.

Deltakerne vil motta en premie av funksjonærer når de kommer i mål.

Der er ingen felles håndkontakt punkter foruten overrekkeelse av premie. Her vil det brukes desinfeksjon og evt. hansker. Startnummer skal legges i oppsatte beholdere av løperne.

Det vil ikke være drikkestasjon ved mål. Løpere må selv sørge for drikke etter løpet.

Målområdet skal være romslig. Løpere og funksjonærer skal være bevisste på at utslitte løpere ikke blir liggende tett på hverandre etter målgang eller samles og stå tett.

12.Informasjon.

Det skal settes opp plakater ved parkering og arena om å unngå samlinger, men heller skape avstand.

Speaker skal også opplyse om dette og generelle smittevernregler for rennet.

13.Kafe/servering.

Det vil ikke være kafe eller servering på arenaen.

14.Toaletter/renhold/nedvask/dusj.

Det vil være tilgjengelige 2 stk. toaletter inne på Sagstue. 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.

15.Kontaktperson og prosedyre hvis hendelse:

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