

SMITTEVERNREGLER

KM SPRINTSTAFETT 20. MARS 2021



Revidert 2. februar 2021/LF

For å unngå spredning av covid-19 er vi avhengig av at alle deltakere, foreldre, arrangører og trenere følger våre enkle smittevernregler.

Følgende regler gjelder:

- Personer med symptomer på covid-19 skal ikke komme på arrangementet. Selv milde symptomer skal tas på alvor (tett nese, sår hals, uvelhetsfølelse etc.)
- Blir man syk under arrangementet skal man forlate arenaen umiddelbart uten fysisk kontakt med andre. Informasjon skal gis per telefon og arrangør skal **ikke** oppsøkes fysisk.
- Alle skal holde **MINST 1 meter avstand** til alle andre enn husstandsmedlemmer.
- Håndhygiene med hånddesinfeksjonsmiddel utføres ved behov og minimum ved ankomst og når området forlates.
- Beskjeder fra funksjonærer skal etterleves.

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

Dersom du på bakgrunn av dette ikke kan komme, ber vi om at du gir beskjed så raskt som mulig til rennleder Kenneth Langsethagen e-post: kgl@sbskog.no mobil: 99247231.

Om alle følger disse reglene vil vi ha et trygt skirenn uten fare for smittespredning. Utendørsaktivitet er trygt, og det er ikke behov for munnbind når man holder over 1 meters avstand. Der funksjonærer ikke kan holde 1 meter avstand vil munnbind likevel bli brukt.

Om alle følger disse enkle reglene vil vi få til trygge og gode skirenn!

Med vennlig hilsen
Hernes IL og Strandbygda IL

Lene Faraasen (Strandbygda IL)
smittevernansvarlig, mobil 950 77 636/e-post: lenefaraasen@gmail.com