

OHJEISTUS SISÄLIIKUNTATILOIHIN 1.6. ALKAEN

Valmentajien ja ohjaajien on käsiteltävä alla olevat ohjeet osallistujien kanssa ennen harjoitusten alkamista:

- Liikuntavuoro tulee olla varattu etukäteen. Pukuhuoneet ja suihkut eivät ole käytettävissä.
- Ohjatussa toiminnassa ja tilassa on maksimissaan 50 osallistujaa (sisältää kaikki harjoitukseen osallistuvat henkilöt). Vastuuohjaajalla sekä vuoron varaajalla tulee olla selvillä, ketä vuorolle on osallistunut.
- Harjoitukseen ei saavuta ennen oman harjoitusvuoron alkua ja eri ryhmien harjoitusvuorojen väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa.
- Huomioidaan hygieniaohjeet (yskiminen, niistäminen, omat juomapullot), turvalliset etäisyydet ja omien välineiden käyttö.
- Kaikkien osallistujien tulee pestä kädet ennen ja jälkeen tapahtuman tai osallistujien on käytettävä omaa desinfiointiainetta.
- Harjoituksissa pyritään välttämään osioita, joissa liikkujat joutuvat lähikontaktiin.
- Jokainen osallistuu harjoitteluun omalla vastuullaan.
- Noudatetaan valtioneuvoston liikkumis- ja kokousrajoituksia sekä THL:n ohjeistuksia www.thl.fi. Kenenkään ei tule harjoitella, mikäli henkilöllä on pieniäkään sairauden oireita tai hän kuuluu COVID 19 -viruksen kannalta johonkin riskiryhmään. Jos epäilet tartuntaa, toimi THL:n ohjeiden mukaan.

Lisätietoja:

Pekka Partanen

pekka.partanen@iisalmi.fi