

## SMITTEVERNPLAN NATRUDSTILRENNET 12.12.2020

Sist revidert:

1	24.11.20	Bjørn Horten	Rennleder
2	27.11.20	Hans Olav Kjøs	Rennlege
3	29.11.20	Bjørn Horten	Rennleder
4	08.12.20	Bjørn Horten	Rennleder

### Innledning

Denne protokollen består av retningslinjer som er utarbeidet med hensikt å skape forsvarlige rammer for å arrangere Natrudstilrennet 12.12.2020. Protokollen er utarbeidet etter råd fra helsemyndighetene og Norges Skiforbund. Covid-19 forskriften 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 anbefaling fra Oppland Skikrets p.t. vil Natrudstilrennet 2020 være et kretsrenn for utøvere fra klubber tilhørende Hedmark og Oppland Skikrets, samt løpere som har sitt daglige oppholdssted innenfor Innlandet fylke, f.eks. skoleelever og studenter, eksempelvis NTG-elever på Lillehammer. Jevnaker og Lunner kommune tilhører nå Viken fylke, men alle skigruppene har valgt å bli stående i Oppland Skikrets. Disse bør få delta ut Skikretsens signaler. Begrensningene gjelder både løpere, foreldre og trenere.

### 2. Generelle bestemmelser

- Gjennomføring av arrangementet med planlagte smittevernregler vil være avhengig av vurdering og aksept fra kommunelegen i Ringsaker kommune.
- Søre Ål IL har nulltoleranse for deltakere/støtteapparat/funksjonærer med luftveissymptomer.
- Smittevernansvarlig: Vegard Smedsund m. 481 54 277 -vegardsmedsund@gmail.com
- Rennlege: Hans Olav Kjøs m. 905 65 362 - hokjos@gmail.com
- Rennledelse:
  - Rennleder: Bjørn Horten m. 472 57 814 - bj-horte@online.no
  - Ass. rennleder: Håvard Selbæk m. 413 22 531 - selbak@me.com
  - Løypesjef: Johannes Haukåssveen m. 900 65 610
  - Arenasjef: Geir Evensen m. 916 29 122
  - Rennkontor: Jorun Nordlunde Bossum m. 952 10 053
  - Tidtaking: Lars Terje Mehus m. 953 62 269 - larmehus@bbnett.no
  - Speaker: Lars Freng m. 400 38 973

TD: Klaus Kampstrup Tyldum m. 995 46 183 - ktyldum@gmail.com  
Ass. TD: Knut Arild Bakke m. 971 11 997

- Arrangementet er planlagt slik mht. gruppestørrelse og tidsplan:

Pulje 1: 8-14 år:

Maks. 200 personer: 125 deltakere, 75 foreldre/trenere/støtteapparat

Innslipp til arena kl. 10, start kl. 10.45.

Pulje 2: 15 år - senior:

Maks. 200 personer: 150 deltakere, 50 foreldre/trenere/støtteapparat

Innslipp til arena kl. 12.30, start kl. 13.15.

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

- Pulje 1 skal være ute av arenaen før pulje 2 slippes inn. En person skal ikke kunne delta på både pulje 1 og pulje 2. Dette gjelder både løpere, foreldre og støtteapparat.
- Sluser for trafikk inn og ut til arenaen vil separeres for å skape avstand mellom folk.
- Alle funksjonærer, deltakere og støtteapparat må registreres/akkrediteres. Søre Ål IL skal oppbevare komplette lister i 10 dager etter arrangementet i forbindelse med en eventuell smittesporing. Søre Ål IL kan ta ut lister over navn med telefonnummer ut fra påmelding av løpere og støtteapparat i Minidrett.
- Det vil bli iverksatt tiltak for å unngå publikum, inkl. akkrediterte foreldre, trenere og støtteapparat, i start- og målområdet. På begge plasser vil det bli satt opp sperrebånd, jfr. vedlagt kart over arena.

### **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 Natrudstilrennet. Det kan være at enkelte funksjonærer vil bruke munnbind dersom vi ser at de vanskelig kan overholde 1-metersregelen 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.

Søre Ål IL 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 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.

## **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 startsoner 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.

## **Parkeringsplass tilknyttet rennet**

Parkeringsområdet som er tilknyttet rennet er kun tilgjengelig for akkrediterte løpere, foreldre, støtteapparat og presse. Det vil være vakter ved disse parkeringslommene som separerer akkrediterte til rennet og de som ikke har noe med rennet å gjøre. Funksjonærer vil bli henvist til egen parkeringsplass.

## **Løyper**

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

## **Påmelding og adgang til arena**

Påmeldingsfristen vil være en uke før start. Det vil ikke være anledning til etteranmelding.

Klubbene skal derfor også melde på sine respektive foreldre/støtteapparat samlet til arrangøren gjennom Minidrett. Her er det lagt inn «klasser» for:

«Kohort 1: 8-14 år støtteapparat»

«Kohort 2: 15 år- senior støtteapparat»

Begrensningen vil være slik:

8-14 år: Klubbene kan ha med en voksen pr. 2 løpere.

15-senior: Klubbene kan ha med en voksen pr. 3 løpere.

Når kvotene for de to puljene er nådd, vil påmeldingen stenges. Førstemann til mølla gjelder.

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

Lagposer for hver klubb med startnummer og startbrikker vil bli hengt for henting av en representant/oppmann for hver klubb, se vedlagt arenakart. Startnummer vil være akkreditering for løpere og støtteapparat til å komme inn på stadion. Funksjonærer vil ha egne vester.

Synlig akkreditering (startnummer både for løpere og støtteapparat) kreves for å komme inn på arena. 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.

### **Rennkontor og målhus**

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

### **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 overrekkelse av premie. Her vil det brukes desinfeksjon og evt. hansker. Startnummer skal legges i oppsatte beholdere av løperne.

Det vil ikke være drikkestatjon 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.

### **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.

### **Kafe/servering**

Søre Ål IL vil ikke ha kafe eller servering på arenaen.

### **Toaletter/renhold/nedvask/dusj**

Det vil være tilgjengelige 2 stk. toaletter på utsiden av arenaen og 3 stk. toaletter inne på arenaområdet, 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.

### **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.

**Kart over arena:**

