

Granåsen 2021

Smittevernplan Langrenn, Kombinert og Skiskyting

Stig S. Tyvold, 13. mars 2021



Innledning

NM del-II Langrenn, NM Kombinert og NM Skiskyting skal for første gang arrangeres på samme stadion i samme periode under NM-VEKA i Granåsen 2021. Et arrangement som gir unike muligheter og utfordringer særlig under en pågående pandemi. Denne planen skal ivareta forsvarlig smittevern for deltakerne i arrangementet og befolkningen i Trondheim.

Strukturen for smittevern for NM-VEKA langrenn, kombinert og skiskyting er utformet i følgende hoveddeler:

1. Smitteforebygging
 - a. Hovedregel
 - b. Hygienetiltak
 - c. Andre tiltak
2. Organisering og logistikk
3. Registrering og sporing
4. Opplæring og informasjon

Smittevernplanen er utformet i samsvar med lover, forskrifter, retningslinjer og veiledere fra:

- Helse og Omsorgsdepartementet (HOD)
- Helsedirektoratet
- Kommunehelsetjenesten i Trondheim
- Folkehelseinstituttet (FHI)
- Norges idrettsforbund (NIF)
- Norges Skiforbund (NSF)
- Norges Skiskytterforbund (NSSF)

Innholdsfortegnelse

INNLEDNING	1
SMITTEFORBYGGING.....	3
<i>Hovedregel</i>	<i>3</i>
<i>Hygienetiltak</i>	<i>4</i>
<i>Andre tiltak.....</i>	<i>5</i>
<i>Obligatorisk testing av alle tilreisende</i>	<i>5</i>
ORGANISERING OG LOGISTIKK	6
<i>Kohort 1, Utøvere (RØD langrenn/kombinert langrenn, STARTNUMMER skiskyting)</i>	<i>7</i>
<i>Kohort 2, Ledere/Trenere/Smørere/Service (MØRK BLÅ)</i>	<i>7</i>
<i>Kohort 3, Presse (GRØNN).....</i>	<i>8</i>
<i>Kohort 4, Arrangør (LYS BLÅ)</i>	<i>8</i>
REGISTRERING OG SPORING.....	9
<i>Internkontroll i anlegget:</i>	<i>9</i>
OPPLÆRING OG INFORMASJON	9
<i>Frivillige og funksjonærer.....</i>	<i>9</i>
<i>Teknisk innleide/Utøvere/Trenere/Ledere/Smørere/Service/Presse</i>	<i>10</i>
ANDRE BESTEMMELSER.....	10
<i>Utenlandske løpere.....</i>	<i>10</i>
<i>Overnatting og spisesteder.....</i>	<i>10</i>
<i>Bespising Frivillige/Teknisk innleide/Presse</i>	<i>11</i>
<i>Rennkontor</i>	<i>11</i>
<i>Dusj</i>	<i>12</i>
<i>Toalett løpere, teknisk innleide og frivillige</i>	<i>12</i>
<i>Tiltak frivillige i førstelinje</i>	<i>12</i>
<i>Spesifikke tiltak for frivillige i førstelinje på standplass.....</i>	<i>14</i>
<i>Materiell - Smittevernutstyr</i>	<i>15</i>
<i>Publikum</i>	<i>16</i>
PROGRAM	16
<i>Møter</i>	<i>18</i>
<i>Antall deltakere i konkurransene</i>	<i>19</i>
<i>Smittevern kontroll</i>	<i>19</i>
<i>Transport.....</i>	<i>19</i>
<i>Håndtering av mistenkte smittetilfeller</i>	<i>20</i>
SMITTEVERNTEAM HOS ARRANGØR	21
VEDLEGG:	21

Smitteforbygging

Arrangør bygger sine smitteverntiltak på følgende **prinsipper**:

- Unngå at syke personer kommer i kontakt med friske ved god informasjon til alle i arrangementet, fysiske sperringer/begrensninger og raske melderutiner ved sykdom
- Holde fysisk avstand på minimum 1 meter mellom enkeltpersoner og 2 meter mellom kohorter
- Begrense antall mennesker på samme sted/område til kohorter og smågrupper
- God informasjon om håndhygiene, korrekte hosterutiner og begrense hånd til ansikt kontakt
- Sikre hyppig renhold av alle fellesområder/flater på oppholdsrom, arena, etc. Se vedlagte vaskeplan.
- Sørge for effektive rutiner for identifisering av smitte og krav til gjennomført godkjent obligatorisk testing av alle som kommer fra land som Norge krever test og karantene for.
- Ha god beredskap og kapasitet på isolasjon, smittesporing og smittesanering i samarbeid med lokale smittevern myndigheter.
- Praktisere tydelige konsekvenser for enkeltpersoner og grupper ved brudd på smittevernreglene/protokollen, som for eksempel beslaglegging av akkreditering og utvisning fra arrangementet.

Hovedregel

De tre hovedprinsippene for å bremse smittespredning er:

1. Syke personer skal holde seg hjemme
2. God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold
3. Holde minst en meters avstand og redusere kontakt mellom personer

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme og at personer med selv milde luftveissymptomer ikke møter til aktiviteter.

FAKTABOKS

Det vil være personer med symptomer som er mest smittsomme (spesielt ved hosting og nysing), og det meste av smitteoverføringen skjer 1-2 dager før symptomstart og 4-5 dager etter symptomstart. Symptomer på covid-19 kan være milde og vanskelige å skille fra andre luftveisinfeksjoner. De hyppigste symptomene på covid-19 er i starten halsvondt, forkjølelse, tap av lukte/smakssans og lett hoste, i tillegg til sykdomsfølelse, hodepine og muskelsmerter. Magesmerter og diaré kan også forekomme.

Hygienetiltak

- Alle som deltar i aktiviteten, skal:
 - Praktisere allment godt smittevern før, under og etter hver ansamling.
 - Unngå hånd til ansiktet.
 - Unngå håndhilsning, klemming, «feiring» og annen unødvendig fysisk kontakt.
 - Hoste i albuekroken eller i et papir som kastes (med påfølgende håndvask/desinfisering).
- Alle som deltar i aktiviteten, skal desinfisere/vaske hendene:
 - Før aktiviteten starter.
 - Når man forlater aktiviteten.

Bruk av engangshansker

Engangshansker skal byttes hyppig. Hansker alene er falsk trygghet, de har en ca 30 % "lekkasje" av mikrober, begge veier. Så skal hansker brukes må hendene uansett vaskes/sprites både før og etter bruk av hvert hanskepar.

Påbud om bruk av munnbind

Munnbind skal brukes av alle personer som oppholder seg i arrangementsområdet hvor man ikke med sikkerhet kan overholde minimum 1 meter avstand i en kontakt med andre som varer i mer enn 2 min. Det er viktig at munnbind brukes riktig og informasjon publiseres på hjemmesiden for arrangementet.

- Munnbind skal brukes av vakter ved inngangene til de ulike kohortene.
- Munnbind skal brukes i startområde av funksjonærer som «starter» og de som har eventuell kontakt ved overlevering av materiell, i tillegg nyttes hansker eller engangshansker.
- Munnbind og hansker eller engangshansker skal brukes av funksjonærer om gjennomfører visitasjon av våpen under innskyting og etter målgang.
- Munnbind skal brukes av funksjonærer ved overlevering av ski i egen sone, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker.
- Munnbind skal brukes av funksjonærer i målområdet, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker ved håndtering av materiell.
- Munnbind skal brukes av premieutdelere, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker.
- Munnbind skal brukes innendørs med unntak av når man spiser.
- Vi oppfordrer alle til å bruke munnbind til enhver tid, foruten utøvere under oppvarming og konkurranse.

Forsterket renhold på utsatte områder

- Toaletter og vaskeservanter: Tørk over flater som toalettsete, kran på servanten, dørhåndtak mv. regelmessig, avhengig av hvor hyppig det er i bruk.
- Hyppig berørte kontaktflater, for eksempel dørhåndtak, stoler og andre gjenstander som ofte berøres bør rengjøres hyppig, avhengig av antall personer som bruker lokalet/området, lokalets/områdets størrelse mv.
- På steder der det selges eller inntas mat og drikke bør man være ekstra oppmerksom på godt renhold.
- Søppel bør tømmes regelmessig.

Andre tiltak

- Utøvere, trenere og støtteapparat som tilhører risikogrupper bør i samråd med lege vurdere om de kan delta i aktivitet.
- Ved tegn til covid-19 relaterte symptomer (også lette) skal personen holde seg hjemme. Personen kan ikke delta i aktiviteter før 1 døgn etter at personen er symptomfri.

Obligatorisk testing av alle tilreisende

På grunn av økende smitte i mange kommuner krever Trondheim kommune at alle tilreisende i forbindelse med NM-VEKA tester seg ved ankomst.

- Tilgjengelig testing i Trondheim er på Leangen teststasjon («drive-thru» løsning). Det vil være mulig å melde seg opp til test ca 1 uke på forhånd. Påmelding skjer via Trondheim kommunes koronaside: <https://www.trondheim.kommune.no/aktuelt/korona-samleside/korona-hovedsak/slik-tar-du-test/>
 - For de som kommer med fly, kan et alternativ være å ta en hurtigtest på Gardemoen.
 - Det gjøres unntak for de som siste 6 måneder har testet positivt med PCR test. OBS! Dokumentasjon må medbringes og fremvises.

NB! Vi vil minne om at en negativ test ikke er en garanti for at du ikke er smittet og dermed kan teste positivt på et senere tidspunkt. Smittevernreglene må derfor fortsatt følges som beskrevet i smittevernplanen.

Organisering og logistikk

Per nå er det gitt anledning til å arrangere utendørsarrangement med kohortstørrelse på 200 personer som vil bli inndelt etter følgende plan og fargekode:

RØD/STARTNUMMER: Utøvere. 	MØRK BLÅ: Ledere/trenere/smørere/Service 
Grønn: Presse 	LYS BLÅ: Arrangør/teknisk innleide 

Disse gruppene får tildelt vester med farger som beskrevet over. Disse skal brukes under hele arrangementet bortsett fra løpere under selve konkurransen.

Det vil lages fargekodete kart som viser arealer, inngang og utgang for den enkelte kohort.

- Totalt per konkurranse tillates 200 løpere og servicepersonell å delta.
- Arrangør, presse og teknisk personell kommer i tillegg til disse 200.
- Presse organiseres som en egen kohort.

Ingen av øvelsene i mesterskapet innebærer nærkontakt.

Kohortene vil holdes fullstendig adskilt fra hverandre med minimum 2 meters avstand på alle punkter i arenaområdet. Unntaket er arrangør/teknisk personell som vil ha tilgang til sine funksjonsområder.

Samtlige personer vil i størst mulig grad oppholde seg utendørs, og det legges opp til at det alltid vil være minimum 1 meters avstand mellom samtlige personer også innad i kohortene.

Tabell 1 Oversikt fordeling av kohorter. Tykk linje er mellom adskilte arrangementer og presse*. Tynn linje er skille mellom kohorter i arrangementet.

*Presse vil være en tverrgående kohort. Merk at denne er adskilt med 2 meter fra andre kohorter under hele arrangementet.

	Langrenn	Skiskyting	Kombinert	
			Langrenn	Hopp
Utøvere	145 (50K/95M)	115 (45K/70M)	50	
Ledere/Trenere/Smørere/Service	55	70	20	
Arrangør/teknisk personell	ca 100	Ca 120	Ca 70	20
Presse	15*			

Kohort 1, Utøvere (RØD langrenn/kombinert langrenn, STARTNUMMER skiskyting)

Den største gruppen under arrangementet vil være utøvere fra regionlag og det norske landslaget. Løperne pålegges å bruke røde vester bortsett fra under selve løpet.

- Utøvere oppfordres til selvpålagt begrensing av nærkontakter 10 dager før NM-VEKA og i tiden NM-VEKA pågår.
- Utøvere i hvert NM (langrenn/kombinert/skiskyting) tilhører en kohort som omfatter kun eget NM under hele NM-VEKA. Det oppfordres sterkt til at dette overholdes både under og mellom arrangementene.

Kohort 2, Ledere/Trenere/Smørere/Service (MØRK BLÅ)

Dette er den sportslige supportdelen av arrangementet, som kommer fra hele Norge. Det opprettes egne langesoner hvor smørere kan overlevere ski til utøvere og «coachingsoner» hvor trenere kan snakke med utøvere. Disse områdene vil ha fysiske sperrer med 2 meter avstand. Denne kohorten pålegges å bruke mørk blå vest under hele arrangementet.

Antall ledere/trenere/smørere som gis tilgang til arenaen er fastsatt av NSF/NSSF og fordelt pr krets/team/lag. Samtlige krets/team/lag henstilles om ikke å sende flere ledere til Trondheim enn det antallet som er akkreditert på arena.

- Ledere/Trenere/Smørere/Service oppfordres til selvpålagt begrensing av nærkontakter 10 dager før NM-VEKA og i tiden NM-VEKA pågår.
- Ledere/Trenere/Smørere/Service i hvert NM (langrenn/kombinert/skiskyting) tilhører en kohort som omfatter kun eget NM under hele NM-VEKA. Det oppfordres sterkt til at dette overholdes både under og mellom arrangementene.

Kohort 3, Presse (GRØNN)

Norske pressefolk, bortsett fra NRK. De vil ha tilgang til pressesenter i Arenabygg, samt start og målområde adskilt fra løpere med gjerde som sikrer minimum 2 meters avstand. Ingen intervjuer kan være i mer enn 15 minutter. De vil ha egen parkering og adgang til stadion i.h.t kart. Denne kohorten pålegges å bruke grønn vest under hele arrangementet.

I pressesenteret vil det være tilgjengelig et begrenset antall arbeidsplasser med minimum 2 meters avstand. Tilreisende presse oppfordres til å unngå unødvendig bruk av arbeidsplassene i pressesenteret, og så langt som mulig benytte andre (individuelle) arbeidsplasser, for eksempel på eget hotellrom.

Kohort 4, Arrangør (LYS BLÅ)

Frivillige – I all hovedsak er dette frivillige med lokal tilknytning. Frivillige vil bli delt inn i kohorter med armbånd som viser hvilken kohort de tilhører som blir retningsgivende for oppmøtested og tilganger i arena. For eksempel vil frivillige på stadion bli tildelt rødt armbånd for å vise at de kan bevege seg sammen med de som har rød vest, men med gjeldende avstandsregler:

- Frivillige som er i kontakt med utøvere (Rød kohort) eller service (Mørk blå kohort) kan bare ha funksjonær oppgaver i en idrett (langrenn, kombinert eller skiskyting), og skal engasjeres til samme oppgave under hvert arrangement.
- Frivillige som tilhører samme husstand/familie kan kun ha funksjonær oppgaver i en idrett (langrenn, kombinert eller skiskyting).
- Frivillige oppfordres til selvpålagt begrensing av nærkontakter 10 dager før NM-VEKA og i tiden NM-VEKA pågår.

Teknisk innleide (LYS BLÅ) – Dette er profesjonelle leverandører av varer og tjenester som trengs for å gjennomføre arrangementet. Dette er blant annet NRK, sjåfører, tidtakere,

speaker, arenaprodusent o.l. Disse kommer i all hovedsak fra andre steder i Norge. Denne kohorten pålegges å bruke lyseblå vester under hele arrangementet med armbånd i den fargen som tilhører det området de skal jobbe. For eksempel skal tidtakerfirma som må jobbe i målområdet og på stadion ha på seg rødt armbånd.

- Teknisk innleide oppfordres til selvpålagt begrensing av nærkontakter 10 dager før NM-VEKA og i tiden NM-VEKA pågår.
- Teknisk innleide tilhører en kohort. Det oppfordres sterkt til at dette overholdes både under og mellom arrangementene i tiden NM-VEKA arrangeres.

Registrering og sporing

Vi vil utarbeide en akkrediteringsliste med personlige ID-kort for de som har adgang til Granåsen under oppriggingsdagene i forkant av arrangementet, under arrangementet og nedrigging etter gjennomført konkurranse. Akkrediteringskortene vil ha fargekoder som viser hvilken kohort du tilhører og alle vil ha vest med tilsvarende farge.

Internkontroll i anlegget:

Hver gang du entrer et bygg eller en annen kohort (for de som av oppgavemessige årsaker må gå imellom flere kohorter) så må du scannes inn med en QR kode og på samme måte scannes ut når du forlater området. Dette for å ha fullstendig kontroll ved en eventuell smittesporing.

Opplæring og informasjon

Frivillige og funksjonærer

Før arrangementet vil det bli gitt opplæring i smittevern til alle frivillige og funksjonærer.

1. Opplæringen består av en generell del med vekt på hovedregel for smittevern, hygiene, bruk av desinfeksjonsmidler, engangshansker og munnbind.
2. Leder for det enkelte ansvarsområde er ansvarlig for at alle tilhørende funksjonærer får opplæring i relevante spesifikke tiltak, organisering og logistikk for eget ansvarsområde.

Frivillige pålegges å gjennomføre NIF sitt koronavettkurs:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/>

Skriftlig informasjon med vedlagt smittevernplan sendes ut 3 uker før arrangementet.

- Alle **frivillige** som har kjent forkjølelseslignende symptomer dagene før eller samme dagen som de skal engasjeres som frivillig under arrangementet, skal melde fra om dette

til sin nærmeste leder og holde seg hjemme. Vedkommende skal ikke engasjeres under NM-VEKA i Granåsen som frivillig.

Teknisk innleide/Utøvere/Trenere/Ledere/Smørere/Service/Presse

Skriftlig informasjon med vedlagt smittevernplan sendes ut 3 uker før arrangementet.

- Alle **teknisk innleide** som har kjent forkjølelseslignende symptomer dagene før eller samme dagen som de skal engasjeres under arrangementet, skal melde fra om dette til leder av NM-VEKA og holde seg hjemme eller på hotellrommet. Vedkommende skal ikke engasjeres under arrangementet. Det betyr at alle leverandører må ha en «back-up» løsning til alle funksjoner / roller og kunne erstatte disse dersom forkjølelseslignende symptomer skulle inntreffe tett på arrangementet.
- Alle **utøvere / trenere** som har kjent forkjølelseslignende symptomer i dagene før eller samme dagen som de skal delta på NM-VEKA, skal melde fra om dette til leder av NM-VEKA. Vedkommende skal ikke delta i arrangementet. Alle løpere / trenere skal sette seg inn i arrangementets smittevernplan, som sendes de ulike aktørene minimum 3 uker før arrangementet starter. Trenere og smørere har ikke tilgang til startområdet, men det blir gitt adgang til en langesone for ski/utstyr samt coachingsoner i løypa.

Andre bestemmelser

Utenlandske løpere

Utøvere fra andre nasjoner enn Norge tillates ikke deltakelse. Unntaket er utenlandske utøvere med norsk bostedsadresse og som går for norsk klubb.

Overnatting og spisesteder

Vi vil ha en tett dialog med krav om at retningslinjer innen smittevern blir fulgt på overnattingsstedene og de stedene hvor løpere, trenere og teknisk innleid personell serveres mat.

Deltagende lag og utøvere, samt tilreisende media, har selv ansvar for å bestille og organisere sin egen overnatting. Vi innhenter før ankomst detaljert informasjon om ankomst-/avreisedag, bosted, romfordeling mv fra samtlige løpere og ledere.

Det utarbeides et informasjonsskriv til løpere, ledere og andre tilreisende med relevante smitteverntiltak i forhold til bosted, måltider mv. Se vedlegg til denne planen.

Når det gjelder teknisk gjennomføringspersonell som ankommer utenfra Trondheim, gjelder følgende:

- EQ Timing (tidtakerleverandør). 8 fra Norge og 1 fra Sverige. Person fra Sverige gjennomfører innreisekarantene i hht covid-19-forskriftens § 5 i 10 dager. De innkvarteres på enkeltrom på Scandic Lerkendal under mesterskapet.
- MegaLink (teknisk skytebane). 2 personer fra Norge. De innkvarteres på enkeltrom på Scandic Lerkendal under mesterskapet.
- Teknisk gjennomføringspersonell fra NSF innkvarteres på Scandic Lerkendal. Personell fra NSF arrangement er testet (PCR-test) før ankomst Trondheim.
- Teknisk gjennomføringspersonell fra NSSF innkvarteres på Scandic Lerkendal.
- NRK produksjon har egen smittevernplan med rutiner for sitt personell.

All personinformasjon (navnelister m.v.) lagres med tanke på smittesporing i vårt datasystem i 20 dager etter arrangementsslutt, men slettes deretter i hht GDPR-reglene.

Bespisning Frivillige/Teknisk innleide/Presse

Det blir etablert eget serveringsted for noen av frivillig-gruppen i Granåsen i Sparebank1 hytta. Sparebank 1 hytta vil brukes i samsvar med gjeldende retningslinje for normal drift av hytta. Det utarbeides egen plan som vedlegges denne planen som beskriver adgangskontroll og forsterkede hygienetiltak.

Teknisk innleide/presse får utdelt matpakke/bagett på oppgitt punkt i sin kohort. Gruppeleder henter mat til alle for å redusere kontaktpunkter.

Tilreisende personell som overnatter oppfordres til å spise øvrige måltider på sitt hotell og ikke besøke andre restauranter/serveringssteder i Trondheim.

Rennkontor

Rennkontor blir et viktig punkt i frontlinjen mellom arrangør og ledere. Dette tenkes etablert ved hovedinngangen i Arena helsebygget slik at ledere kan få tilgang til rennkontolet fra en egen inngang, separat fra arrangør / øvrige frivillige / teknisk innleide med unntak av EQ-timing.

Vakthold sikrer at kun en person slippes inn på rennkontolet om gangen.

Dusj

Det tilrettelegges ikke for dusjing i Granåsen. Løpere skal dusje på hotell eller hjemme.

Toalett løpere, teknisk innleide og frivillige

I arenaen i Granåsen vil det bli separate toaletter for løpere / trenere, teknisk innleide og for de frivillige. Det vil bli hengt opp en egen instruks på hvordan man skal anvende / forlate toalettene, som settes av til frivillige, teknisk innleide og løpere / trenere.

Instruksen vil være:

- Dørhandtak inn / ut av toalett, knapp til nedspyling og toalettering skal rengjøres og berøres med antibac-serviett under og etter bruk. Husk håndvask!

Utenfor alle toaletter blir det satt opp egne stasjoner med antibac-servietter, tørre servietter og/eller antibac-spray.

Tiltak frivillige i førstelinje

Dette er frivillige som kommer i områder som kommer tettest på løpere og følgende tiltak settes inn:

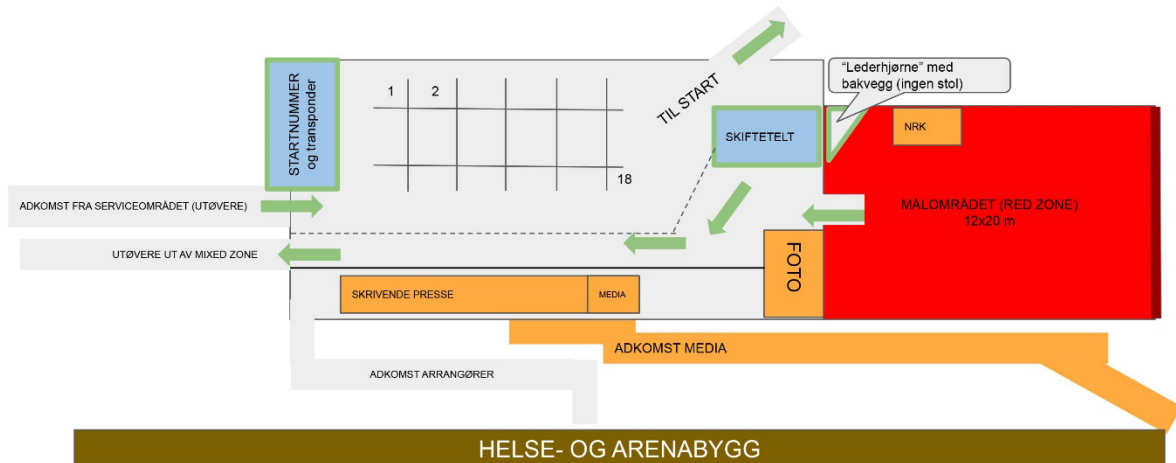
Start/mål område og mixed sone

Alle skal minimum holde 1 meter avstand til alle funksjonærer og løpere. I tillegg skal starter og de som har eventuell kontakt ved overlevering av materiell nytte munnbind, hansker eller engangshansker. Det vil være adskilte soner i start område som sikrer minimum 2 meters avstand mellom alle kohorter.

- Ingen kryssing av løper, service og presse.
- Dobbelt gjerde mellom løper, presse og service.
- Klær og utstyr ivaretas av den enkelte løper, det vil ikke være plastposer for klær.
- Akkreditering med strenge retningslinjer for adgang i mixed sone og startområde.
- Løper tar selv på brikke og startnummer.
- Presse i egen korridor i mixed sone, fysisk adskilt fra løpere med doble gjerder på 2 meters avstand.
- Ingen tilgang for ledere/trenere/smørere i start- og målområdet.
- Ingen løperdrikke
- Brikkekontroll

- Brikkeleser festet på en pinne som er minimum 1 meter lang for avlesning av brikker på god avstand til utøver.

MIXED ZONE NM 2021



Overlevering av ski

Det etableres en egen sone for overlevering av ski nedenfor gamle kommentatorbygget og oppe ved knausen. Disse passes på av våre frivillige slik at service og løpere ikke krysser sonene.

- Minimum 2 meter avstand mellom kohorter.
- Alle skal anvende hansker eller engangshansker.
- Skiene skal løperne selv ta av og bringes tilbake til overleveringssted.
- Ski leveres ut og leveres tilbake på overleveringssted.

Utdeling av startnummer og startbrikker

Startvester og startbrikker skal løperne ta på og av selv og legges på anvist oppsamlingspunkt i målområdet. Startnummer og brikke henter løperne på anvist sted.

Funksjonærer skal holde minimum 1 meter avstand til løpere. I tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker ved håndtering av materiell.

Oppheng av lister

Krav om oppslag av uoffisielle lister bortfaller. Uoffisielle resultater vil være tilgjengelig i live-resultatene til EQ Timing.

Speaker melder protestfrist på beskjed fra tidtakersjef, fristen kan tidligst være 15 minutter etter siste målgang og minimum 15 minutter frem i tid fra det tidspunktet speaker opplyser om fristen.

Premieutdelere

Premier settes på et eget utstillingsbord for å unngå kontaktpunkter. Utøver tar selv med sin premie på podiet. Eksterne seremonideltakere (ordfører, skipresident etc.) skal minimum holde 2 meter avstand til løpere under hele medaljeseremoni.

Ved eventuell fotografering, skal premieutdelere og løpere på podiet foregå med minst 1 meters avstand. Premieutdeler vil bli utstyrt med hansker eller engangshansker ifm. medaljeseremonien og vil bli orientert om avstandsreglene.

Spesifikke tiltak for frivillige i førstelinje på standplass

Desinfisering av skytematte

Matten skal desinfiseres mellom hver utøver på liggende skyting.

Den beste metoden så lang utendørs i kaldt vær er å benytte et alkoholbasert flytende middel beregnet på desinfisering av overflater.

Påføres enkelt med trykksprøyte, holder med en lett dusj over hele området.

La det virke den tiden det er oppgitt på produktet, ofte 60 sekunder. Matten skal være fuktig hele virketiden. Hvis matten er fuktig fortsatt en stund etter virketiden er over kan det benyttes mopp for å dra det utover slik at det siste også fordamper.

Det vil bli gjort en vurdering av gjennomførbarhet opp mot sikkerhet renndagen.

Reduksjon av funksjonærer

NSSF har åpnet for at manuell andre og tredjekontroll på standplass erstattes av videokameraer som dokumenterer hele skytebanen og strafferunden. Kostere på standplass må fortsatt være der.

NSSF leier inn kameraløsning til erstatning for tredjekontroll.

Valg av skyteplass

På kort normal, fellesstart, sprint og supersprint prolog får utøver tildelt skive ved innkomst på liggende skyting, ved stående skyting kan utøver fritt velge skive.

Utstyrskontroll

Det anbefales at funksjonærer benytter munnbind da det kan være utførende å opprettholde avstandskrav gjennomgående på disse kontrollpunktene.

- Avtrekkskontroll
 - Utøver holder våpenet selv, og setter det på anvist plass på bordet. Funksjonær holder loddet og legger dette på avtrekker, uten å berøre våpenet.
 - Lodd desinfiseres mellom hvert våpen.
 - Det er etter avtrekkskontrollen at man registrerer utøver i EQ Mobile som passert.

Visitasjon av våpen

Utøver eller foresatt åpner selv sluttstykket for visuell kontroll av funksjonær. Funksjonærer skal ikke berøre sluttstykket eller på annen måte berøre våpenet.

Innskyting

Foreløpig anbefales en innskyting der det legges opp i puljer a 7 minutter til innskyting for hver utøver. Så 3 minutter til desinfisering før ny utøver får sin tilmålte tid på matten.

Skytebaneleder blåser i fløyta for start og stopp ved hver pulje.

Materiell - Smittevernutstyr

- Rengjøringservietter med 70% etylalkohol
- Tørre rengjøringservietter
- Engangshansker (UVEX U-fite Lite eller lignende) i str. Fra medium størrelse til XL.

- Hånddesinfeksjon, som kan brukes uten vann

Ledere for hver gruppe er ansvarlige for smittevern i sitt område, og må sørge for at alle stasjoner vil bli etterfylt med såpe på såpedispensere på de ulike toalettene samt materiell nevnt ovenfor. Frivillige, teknisk innleide og løpere / trenere skal gjøres kjent med hvor disse stasjonene er plassert.

Publikum

Det vil ikke åpnes for publikum.

Våre frivillige løypevakter vil patruljere langs løypa utenfor stadionområdet og sørge for at det ikke er ansamlinger av mennesker og at retningslinjer ift. sosiale distanse overholdes.

Våre retningslinjer og vår kommunikasjon mot publikum og andre involvert vil i så fall være i tråd med de retningslinjer som til enhver tid er gjeldende fra myndighetene.

Alle konkurransene vil bli sendt direkte på TV, slik at alle vil få med seg hva som skjer uten at de fysisk trenger å være til stede. I tillegg vil vi lage et opplegg med våre interne kommunikasjonsfolk, som dekker alt det spennende som skjer bak kamera. Dette vil bli presentert / lagt ut på våre digitale flater.

Program

Dag/ dato: onsdag 24.3.2021

Idrett	Aktivitet	Start	Slutt
Kombinert	Offisiell trening kombinert langrenn	14:00	15:00
Langrenn	Offisiell trening langrenn	16:00	18:00

Dag/ dato: torsdag 25.3.2021

Idrett	Aktivitet	Start	Slutt
Skiskyting	Trening skiskyting (ikke skytebane)	09:30	11:30
Kombinert	Kombinert hopp (Menn: K-124, Kvinner: K-90)	09:30	11:30
Kombinert	Kombinert langrenn menn (5 km)	12:45	13:05
Kombinert	Kombinert langrenn kvinner (3 km)	13:15	13:30
Kombinert	Medalje-/blomsterseremoni kombinert	Ca. 13:30	
Langrenn	NM Teamsprint langrenn semifinaler	16:05	17:40
Langrenn	NM Teamsprint langrenn finaler	18:00	18:50
Langrenn	Medalje-/blomsterseremoni langrenn teamsprint	Ca. 18:50	

Dag/ dato: fredag 26.3.2021

Idrett	Aktivitet	Start	Slutt
Kombinert	Kombinert hopp (Menn: K-124, Kvinner: K-90)	10:00	12:00
Skiskyting	Innskyting menn & kvinner	08:00	09:00
Skiskyting	Kort normalprogram kvinner (12.5 km)	09:30	10:20
Skiskyting	Medalje-/blomstersseremoni skiskyting normal, kvinner	Ca. 10:20	
Skiskyting	Kort normalprogram menn (15 km)	10:30	11:45
Skiskyting	Medalje-/blomstersseremoni skiskyting normal, menn	Ca. 11:45	
Kombinert	Kombinert langrenn menn (15 km)	13:10	13:55
Kombinert	Kombinert langrenn kvinner (7,5 km)	14:10	14:35
Kombinert	Medalje-/blomstersseremoni kombinert	Ca. 14:35	
Langrenn	Sprint prolog kvinner og menn	15:15	Ca. 16:06
Langrenn	Sprint finaler kvinner og menn	17:00	18:45
Langrenn	Medalje-/blomstersseremoni langrenn, sprint	Ca. 18:50	

Dag/ dato: lørdag 27.3.2021

Idrett	Aktivitet	Start	Slutt
Langrenn	NM / Equinor NC 17 Kvinner 30 km langrenn	09:00	11:00
Langrenn	Medalje-/blomstersseremoni langrenn 30 km kvinner	Ca. 11:00	
Langrenn	NM / Equinor NC 17 Menn 50 km langrenn	11:00	14:00
Langrenn	Medalje-/blomstersseremoni langrenn 50 km menn	Ca. 14:00	
Skiskyting	Innskyting kvinner	15:45	16:15
Skiskyting	Innskyting menn	16:20	16:50
Skiskyting	Fellesstart kvinner 12.5 km	17:00	17:50
Skiskyting	Medalje-/blomstersseremoni skiskyting, fellesstart kvinner	Ca. 17:50	
Skiskyting	Fellesstart menn 15 km	18:00	18:50
Skiskyting	Medalje-/blomstersseremoni skiskyting, fellesstart menn	Ca. 18:50	

Dag/ dato: søndag 28.3.2021

Idrett	Aktivitet	Start	Slutt
Rennkontor		07:00	13:30
Skiskyting	Innskyting supersprint	08:00	09:15
Skiskyting	Supersprint kvalifisering, kvinner	09:30	09:55
Skiskyting	Supersprint kvalifisering, menn	10:00	10:25
Skiskyting	Supersprint finale, kvinner	10:30	11:00
Skiskyting	Supersprint finale, menn	11:00	11:30
Skiskyting	Medalje-/blomsterseremoni skiskyting, supersprint, kvinner og menn	Ca. 11:30	

Endringer kan forekomme. Oppdatert tidsplan finnes på arrangementets hjemmeside.

Møter

Lagledermøtet

Under lagledermøtet vil de viktigste retningslinjer knyttet til smittevern og løpernes opptreden før start, under løpene og etter målgang bli utførlig presisert. Herunder også eventuelle sanksjoner ved brudd på retningslinjene for smittevern gitt av arrangør.

På lagledermøtet vil alle konkurransene blir gjennomgått i ett og samme møte. Dette for å begrense antall møtepunkter og unødvendig sosial kontakt.

Lagledermøtet blir gjennomført digitalt via Teams.

Planleggingsmøter med frivillige, ledere og teknisk innleide.

Møtene vil i utgangspunktet bli gjennomført digitalt.

Møter med frivillige eller såkalt kick-off-møter, vil eventuelt bli holdt i lokaler som er egnet ift. smittevern. Vi vil vurdere fortløpende verdien av å gjennomføre slike møter/kick off opp imot risiko for smittespredning.

Organisasjonskomite

Møter i organisasjonskomite gjennomføres iht til gjeldende smittevernsregler.

Planleggingsmøtene i planleggingsperioden vil foregå digitalt via Zoom eller Teams. Dette for å unngå unødvendig sosial kontakt. Befaringer foregår utendørs, der retningslinjene til sosial distanse vil bli fulgt opp og etterlevd. Møter med teknisk innleide dagen før arrangementet setter i gang, vil foregå utendørs.

Antall deltakere i konkurransene

Antall deltakere i konkurransene vil bestemmes i samråd med NSF og NSSF.

	Langrenn	Skiskyting	Kombinert
			Langrenn Hopp
Utøvere	145 (50K/95M)	115 (45K/70M)	50

Smittevern kontroll

Smittevern blir best etterlevd når det utøves av den enkelte i arrangørorganisasjon og den enkelte frivillige.

Leder for hver gruppe i organisasjonen er smittevernsansvarlig for sin gruppe:

- Hver gruppe får en vest merket «smittevern». En funksjonær i hver gruppe skal til enhver tid bære vesten og har et særlig ansvar for at smittevern i eget område er i samsvar med smittevernplan og gruppetiltaken.
- Leder sørger for at funksjonærer i egen gruppe kjenner til smittevernplanen og tiltak innenfor sin egen kohort.
- Følge opp utøvere/trenere/smørere/service/teknisk innleide/frivillige.
- Avvik fra etterlevelse av smittevernplan rapporteres til arrangementsansvarlig NM-VEKA uten unødig opphold.
- 2 fokusområder for aktuelle smittevernledere er:
 - Sørge for at løpere som kommer i mål henvises ut av mix-sone så raskt som mulig, slik at man ikke får en opphopning av løpere etter målgang og at disse overholder retningslinjene ift. sosial distanse.
 - Oppfølging av det som skjer ute langs løypene sammen med en av de mobile enhetene.

Transport

Alle tilreisende (teknisk innleide og løpere / trenere) skal forflytte seg med egne transportmidler både til og fra arenaen. Det vil ikke bli satt opp fellestransport. Dette for å unngå unødvendige ansamlinger av mennesker i fullpakkede busser / minibusser. Egne parkeringsplasser vil bli tildelt til hver kohort.

I informasjonen til løpere og støtteapparat vil det bli oppfordret til ikke å benytte offentlig transport i Trondheim.

Håndtering av mistenkte smittetilfeller

- Leder av organisasjonskomiteen varsles umiddelbart, tlf 95428020.
- Ved mistanke om Covid-19 symptomer/smitte vil personen(-e) ledes bort fra arrangementet. Vedkommende får kontaktinformasjon for testing. Trondheim kommunes koronatelefon på [90 50 90 52](tel:90509052).
- Testing gjennomføres av kommunen.
 - Ved positiv test skal smittevernansvarlig, rennlege og kommuneoverlege informeres umiddelbart.
 - Kommuneoverlege er ansvarlig for å avgjøre grad av tiltak herunder karantene og isolasjon. Øvrige involverte parter, herunder arrangør, ledere, utøvere og forbund underlegges vedtak og pålegg fra kommuneoverlege.
 - Kommuneoverlege er ansvarlig for smittesporing og Trondheim kommune har egen enhet for smittesporing som gjennomfører dette arbeidet.
 - Arrangøren har tilgjengelig dedikert personell som kan bistå kommuneoverlegen etter behov, og slik at unødvendig arbeidsbelastning for kommuneoverlegen kan unngås.
 - Arrangøren besitter kontaktinfo til samtlige involverte i arrangementet og vil bidra med formidling av nødvendig informasjon ved et eventuelt smittetilfelle.
 - Arrangøren har, i samarbeid med kommunelege, tilgjengelig dedikert hotell/bosted for eventuelle personer som tester positivt og skal isoleres etter anvisning fra kommuneoverlege fra den kommune de oppholder seg i.

Smittevernsteam hos arrangør

Leder organisasjonskomiteen langrenn:

Torbjørn Mæhlumssveen tlf. 95428020, e-post Torbjorn.Mehlumsveen@tbrt.no.

Leder organisasjonskomiteen skiskyting:

Tor Olav Almås, tlf. 45404654, e-post toralmas@gmail.com.

Smittevernansvarlig:

Stig Sverre Tyvold tlf. 95249284, e-post styvold@gmail.com.

Medisinsk ansvarlige:

Haakon Arnesen, tlf. 90033801, e-post haakarn@online.no.

Liv Løvaas, tlf. 90205690, e-post liloevaa@online.no.

NSF:

Øistein Lunde, tlf. 92447076, e-post oistein.lunde@skiforbundet.no

NSSF:

Christian Gedde Dahl tlf. 48600654, e-post Christian.Gedde-Dahl@skiskyting.no
(backup: Ida Bruem Reistad, tlf. 91338661, e-post Ida.BruemReistad@skiskyting.no)

VEDLEGG:

1. Vaskeplan fellesområder.
2. Smittevernplan for Sparebank 1 hytta.
3. Informasjonsskriv til tilreisende utøvere, trenere, smørere, service, teknisk innleide og presse
4. Informasjonsskriv til frivillige
5. Smitteverndokumenter kombinert-hopp:
 - 5.1. Smittevern NM del 2 Kombinert Hopp
 - 5.2. Smittevernrutiner NM del 2 Kombinert Hopp
 - 5.3. Risikovurdering smittevern NM del 2 Kombinert Hopp
 - 5.4. Sjekkliste smittevern NM del 2 Kombinert Hopp