

Tiedote koronavirustilanteesta Kuopion Reippaan Voimistelijoiden jäsenille

Aikuisten kesäjummat ja valmennusryhmien toiminta voidaan käynnistää alla olevien linjausten mukaisesti 1.6.2020 alkaen:

1. Aikuisten kesäjummat käynnistyvät 1.6. Hapelähteen puistossa sekä NMKY:n salilla. Ulkojummissa max. 50 henkilöä kerrallaan, NMKY-salilla järjestettäviin jumppiin saa osallistua max. 20 jumppaajaa ja ohjaaja.
2. Valmennusryhmien toiminta käynnistyy 1.6. sisäliikuntatiloissa (Kuopio-halli, KRV:n omat salit ja koulutilat) siten, että samanaikaisesti tilassa voi olla max. 50 henkilöä.
3. Noudatamme [THL:n ja OKM:n ohjeita](#) koronavirustartuntojen ehkäisemisestä:
 - Toimintaan voi osallistua ainoastaan täysin oireettomana.
 - Harjoituksissa pyritään noudattamaan henkilöiden välisiä 1–2 metrin etäisyysrajoituksia. Jonottaessa tulee huomioida turvavälit.
 - Tultaessa sisätilaan tai rajattuun ulkotilaan käytetään käsihuuhdetta.
 - Harjoittelijat eivät voi käyttää pukuhuone- tai muita sosiaalitylöitä.
4. Seuratoimintaan ei pidä osallistua, jos vanhempi tai lapsi kokee tartuntariskin itselleen tai perheelleen liian suureksi. Mikäli valmennusryhmäläinen ei osallistu toimintaan koronatilanteen vuoksi, tulee siitä ilmoittaa valmentajalle tai joukkueenjohtajalle.
5. Mikäli harrastaja käy ulkomailla, tulee hänen asettua kotikaranteeniin 14 vuorokaudeksi.

Ohjeet KRV:n saleille (Hermannin salit ja NMKY)

1. KRV:n saleilla käsihuuhdetta on saatavilla heti salien ovien edustalta.
2. Pukuhuoneet eivät ole käytössä. Harjoitukseen tullaan treenivaatteissa ja mahdollisimman vähin varustein. Harjoitusten aikana kaikki henkilökohtaiset tavarat tulee säilyttää omassa laukussa, ja laukut pidetään salien ovien edustalla.
3. Harjoitukseen tullaan vasta harjoitusten alkaessa, eli turhaa oleskelua tulee tiloissa välttää. Aikaisemmin harjoituspaikalle saapuessaan tulee harjoitusten alkamista odottaa ulkona.
4. Harjoitteluvuorot ajoitetaan siten, että ryhmien välillä on 15 minuutin tauko, jolloin kontakteja ei vuoronvaihdoissa synny. Ryhmän tulee poistua harjoitusten päätyttyä ripeästi ulos rakennuksesta.
5. Hermannin saleilla siivouskomeron viereinen WC on ainoastaan käytössä. NMKY:llä naisten WC-tilat heti salin ovea vastapäätä on ainoastaan käytössä.
6. Kädet pestään vedellä ja saippualla aina WC-käynnillä ja kuivataan käsipyyhepaperiin.
7. Aivastamisen tai yskimisen yhteydessä suun eteen laitetaan nenäliina, joka heitetään heti käytön jälkeen pois. Jos nenäliinaa ei ole saatavilla, suojataan suu kynnärtaipeella. Kädet pestään tämän jälkeen saippualla.

8. Salien siivouksesta huolehditaan ja kosketuspinnat desinfioidaan päivittäin. Valmentajan tehtävänä on pyyhkiä kertakäyttöliinalla kosketuspinnat (WC:n hana, kaikkien käytössä olevien ovien ovenkahvat, musiikkisoitin) lähtiessään tilasta.

Ohjeet Kuopio-halliin

1. Sisäänkäynti halliin tapahtuu pääovesta ja uloskäynti B-ovesta.
2. Omaa vuoroa ovissa kulkemiseen tulee odottaa 1–2 metrin turvaetäisyydet huomioiden.
3. Hallia saa käyttää vain varatuilla vuoroilla.
4. Oman vuoron jälkeen hallista poistutaan mahdollisimman ripeästi turvallisuus huomioiden.
5. Edellinen harjoitteluryhmä poistuu telinevoimistelualueelta ennen kuin seuraava ryhmä tulee tilaan.
6. Harjoitteluaiakataulut suunnitellaan siten, että ryhmät pysyvät koko kesän samoina, jolloin uusia kontakteja syntyy mahdollisimman vähän.
7. Puku- ja pesuhuoneet ovat poissa käytöstä 1.–7.6., pukuhuoneet avataan 8.6. (pesuhuoneet edelleen suljettu).

Koulujen liikuntatiloissa noudatetaan yllä olevia ohjeita sovelletusti.

Annetut ohjeet koskevat kesäkuuta 2020 sillä edellytyksellä, että uusia määräyksiä, suosituksia tai ohjeita ei tule. Liikuntapaikkojen käyttöä 1.7.2020 alkaen koskevat ohjeet päivitetään kesäkuun aikana saatavien uusien määräysten, ohjeiden ja suositusten mukaisesti.

Lisätiedot:

Jonna Heikkinen, toiminnanjohtaja, toiminnanjohtaja@krv.fi