

Erän turvallisuusinfo

Tapanilan Erän syyskauden sisäharjoitukset alkavat 1.10.2020 alkaen harjoitusryhmien mukaisilla harjoituspaikoilla. Huomioimme harjoitustoiminnassamme seuraavat ohjeet ja suositukset.

- Harjoitukseen osallistutaan vain täysin terveenä ja oireettomana. Lisäksi muistutamme, että flunssaoireiden kanssa jäädään aina kotiin tervehtymään.
- Liikkumaan ei tulla oireettomanakaan karanteenin aikana tai jos on 14 vrk:n sisällä matkustanut maassa, joka kuuluu matkustusrajoituksen piiriin.
- Suosittelemme jäseniä huomioimaan perusteellisen käsihygienian. Huolehdi käsihygieniasta ennen ja jälkeen harjoitusten pesemällä kädet huolellisesti.
- Käytä harjoituksissa itselle nimettyä juomapulloa. Täytä juomapullo ennen harjoitukseen tuloa.
- Vältetään ylimääräistä oleskelua odotustiloissa ennen ja jälkeen harjoitusten.
- Pidetään turvaväli muihin liikkujiin (1-2 metriä).
- Mikäli lähikontaktit (1-2 m) ei ole toiminnassa mahdollista välttää, suosittelemme THL:n suositusten mukaan kasvomaskin käyttöä jäsenillemme ja ohjaajillemme (esimerkiksi käytävätilat ja pukuhuoneet).
- Jos altistut koronavirukselle tai tunnistat itsessä tai läheisessä viruksen oireita, noudatathan oman kotikuntasi jakamia ohjeita tutkimuksiin ja hoitoon hakeutumisesta. Lisätietoa koronatilanteesta <https://thl.fi/fi/>
- Mikäli saat positiivisen testituloksen koronavirustestistä, oletan yhteydessä Tapanilan Erän toimistoon, puh. 029 1934 200 ja oman ryhmäsi valmentajaan/ohjaajaan.

Seuraamme tilannetta ja päivitämme ohjeita tarvittaessa

Ystävällisin terveisin