



NORGES
TRIATLONFORBUND

19  85

FOR ARRANGØRER

KORONAVETTREGLER

PÅ TRIATLONARRANGEMENTER

19. juni 2020



Ansvar

Arrangøren skal utpeke en **smittevernsansvarlig** som til enhver tid har ansvar for at reglene blir overholdt. Denne personen skal gis myndighet til å avblåse konkurransen og/eller bortvise personer dersom kravene til smittevern ikke kan overholdes.

Smitteverntiltakene skal kommuniseres til deltakerne både i innbydelse/PM og på arena.

For å unngå unødvendig sammenstimling av mennesker og berøringskontakt bør påmelding i hovedsak gjøres digitalt på forhånd.

Organisering av arena

Arena og starttidsordning skal utformes slik at det aldri er mer enn det tillatte antall personer samlet på arena samtidig, i tillegg til arrangørens stab. Det åpnes for at arenaen kan fylles opp med nye deltakere når de som er ferdige har forlatt arenaen.

Det skal være tilgjengelig såpe eller desinfeksjonsmiddel og engangsservietter til bruk i alle fellesområdene

Arenaområdet må organiseres på en slik måte at det er enkelt med sosial distansering

Det skal være tilgjengelig desinfeksjonsmiddel ved toaletter og felles rom. Arrangør skal jevnlig tørke av håndtak, toalett etc.

Anbefalt å ha lukkede avfallsbeholdere på området

Det skal ikke avholdes premieutdeling på arena. Det gis rom for individuell premieavhenting.

Ved kiosksalg skal det ikke være selvbetjening av varer. Alle generelle regler for hindring av smittespredning skal ivaretas (avstand, berøring, hygiene). Berøringsfri betalingsløsning anbefales.

Ved toaletter skal det være tilgang på rent vann, og det skal settes ut tilstrekkelig desinfiseringsmiddel. Det skal oppfordres til å vaske hender både før og etter besøket.

Sosiale aktiviteter

«Pasta party» åpningsseremoni eller avslutnings seremonier skal ikke planlegges.

Sosiale arrangement med frivillige bør holdes på et minimum. Antall frivillige holdes på et minimum.

Arrangøren skal forholde seg til **lokal helsemyndighet**.



Sekretariat

Ved pakking av deltakerpose og tidtakerbrikke skal alle som bistår vaske hender før de starter med oppgaven.

Vi oppfordrer til at sekretariatet er utendørs, og at overleveringen av startposer er gjennomtenkt, slik at færrest mulig berører startposene. En mulighet er at legitimasjon eller helårslisens (som jo også skal vises frem) fremvises arrangør og deltager får da sitt startnummer og tar posen sin selv.

Publikum

Området for publikum skal organiseres på en slik måte at avstandsregelen kan overholdes. Det anbefales å organisere publikumsområder slik at færrest mulig oppholder seg i samme område. Publikumsflyten bør være enveis og tydelig merket.

Konkurranser

Det anbefales å starte utøvere i puljer. Startområdet rigges med tanke på tilstrekkelig avstand. Puljer holdes adskilt i så stor grad som er mulig.

Arrangøren skal sørge for tilstrekkelig utplassering av desinfiseringsmiddel og rent vann ved start og mål. Planlegg målet slik at det er god plass til å spre seg etter målgang.

Arrangøren skal organisere tider for innsjekk i skiftesone for å sikre spredning på antall deltakere inn i skiftesonen.

All utstyrsjekk gjennomføres visuelt. Funksjonærer skal ikke berøre utøverens utstyr. Hvis det kreves fysisk sjekk, skal funksjonær ha desinfeksjonsmiddel tilgjengelig slik at utøveren kan tørke av utstyr.

Det anbefales non-draft konkurranser.

Det er anbefalt å ha rullerende start og ventesone før start som organiseres iht avstandsregelen.

Utøvere bes om å holde seg unna startområdet inntil sitt starttidspunkt.

I skiftesonen bør det være 2 m mellom sykkel/utstyr til utøverne.

Ved bruk av tidtakingsbrikke skal enheten vaskes etter bruk. Det skal settes ekstra fokus på gode muligheter for å gjøre dette på en grundig og trygg måte.

Racebriefing holdes på et minimum. Det anbefales å sende ut konkurranseinformasjon/Racebrief én uke før konkurransedagen. På selve konkurransedagen kan det i puljer holdes en kortfattet



brief med den viktigste informasjonen for å sikre en trygg og rettferdig konkurranse.

Sykkel

Anbefalt Non-draft.

Arrangør bør sørge for at det blir mest mulig spredning mellom utøvere på sykkel.

Løp

Anbefales rundløype.

Anbefal utøvere å ikke løpe direkte bak hverandre.

Ved korte distanser løp ved siden av hverandre med en 45 graders vinkel eller ved siden av. Unngå ansikt til ansikt.

Drikkestasjon

Det skal ikke tilbys drikke. Deltakerne må ha med drikke selv. Det kan settes opp drikkestasjoner hvor deltakerne setter ut sitt eget drikke.

Sørg for å ha god plass ved drikkestasjoner

Evt. mat bør være pakket inn

Ved lengre distanser anbefales det at utøvere leverer mat og drikke til arrangør. Arrangøren sørger for god hygiene og vask av utøverens mat/drikke. Arrangør transporterer mat/drikke til drikkestasjon. Drikke stasjon organiseres slik at det er god avstand mellom utøverens mat/drikke og tydelig merket. Utøveren er selv ansvarlig for å stopp og ta sin mat/drikke.



Sjekkliste for godt smittevern

Tiltak	Merknad
Idrettslagets/foreningens overordnede ansvar	
Sørge for at ledere/instruktører/frivillige er kjent med gjeldende smitteverntiltak	
Sørge for at det foreligger en plan for håndtering, isolering og oppfølging av mistenkt smittede, samt for rengjøring av lokale eller toalett der den syke har oppholdt seg.	
Gjøre informasjon om gjeldende smitteverntiltak tilgjengelig via informasjonsplakater eller annet informasjonsmateriell	
Informere deltakere/foresatte om gjeldende smitteverntiltak før oppstart. Vurdere om informasjonen bør gjøres tilgjengelig på flere språk	
Sikre at det er tilstrekkelig med trenere/instruktører/frivillige for å kunne ivareta anbefalte smitteverntiltak	
Hygienetiltak	
Sikre at det er nok såpe og tørkepapir tilgjengelig ved alle håndvaskstasjoner og toaletter	
Sikre at håndhygienemuligheter er tilgjengelig for deltakerne	
Henge opp plakater om håndvaskrutiner og hostehygiene	
Henge opp alkoholbasert desinfeksjon der håndvask ikke er tilgjengelig	
Redusert kontakt mellom personer	
Sikre at arealene tillater at avstandskravene kan ivaretas i forhold til antall deltakere	
Legge til rette for at trengsel kan unngås, for eksempel ved å ha forskjellige oppmøtesteder eller oppmøtetider for de ulike gruppene	
Vurder å introdusere merking på gulv for å sikre avstand i områder der det kan oppstå trengsel	
Informere om å begrense bruk av offentlig transport til og fra arrangementet/aktiviteten der det er mulig	
Begrense antall ledsagere	
Renhold	
Gjennomgå lokale renholdsplaner med tanke på organisering, ansvar og ressursbehov, og gjøre tilpasninger der det er behov. Det bør legges en plan for hyppighet og metode for renhold	
Sørge for forsterket renhold av toaletter og hyppig berørte kontaktflater ved gult og rødt tiltaksnivå	
Legge til rette for rengjøring av felles utstyr der det er nødvendig	