

24.6.2020

Suomen Jousiampujain Liitto

Päivitysloki:

2.6.2020 Kanttiinit, WC-tilat

24.6.2020 Poistettu 70v -luokan rajoitukset

Ohje Koronapandemian aikaisten kilpailujen järjestäjille ja urheilijoille

Kilpailujen järjestäminen on aina viime kädessä järjestävän seuran vastuulla. Määrävänä ohjeena ovat voimassa olevat viranomais määräykset (VN periaatepäätös, OKMn ja THLn ohjeet), jotka rajoittavat tapahtumien osallistujamääriä.

SJAL ohjeistaa lajin kilpailutoimintaan liittyvissä asioissa. Kilpailuja järjestävä seura vastaa tapahtumien toteutuksesta ja huomioi voimassa olevat ohjeet ja määräykset.

Poikkeusolojen aikaista kokoontumisrajoitusta lievennetään koko maassa 1.6.2020 alkaen siten, että maksimissaan 50 hengen kokoontumiset sallitaan ja erityisjärjestelyin sallitaan alle 500 hengen kokoontumiset.

Sallitut osallistujamäärät ja turvaetäisyydet 1.6.2020 alkaen:

- OKM ja THL ohjaavat tapahtumien osallistujamääriä seuraavasti: *“Periaatepäätöksen mukaan voidaan erityisjärjestelyin järjestää yli 50 henkilön yleisötilaisuuksia sisätiloissa ja alueellisesti rajatuissa ulkotiloissa, jos turvallisuus voidaan varmistaa asiakasmäärien rajaamisen, turvaetäisyyksien ja hygieniaohjeistuksen avulla.”*
- Kansallisiin kilpailuihin ja SM-kilpailuihin voidaan ottaa yli 50 osallistujaa, jos kilpailualueella voidaan muodostaa alle 50 hengen ryhmiä, joiden välinen kontaktointi on rajattua. Ryhmät voivat olla esimerkiksi:
 - eri matkoilla ampuvat luokat (70m ja 50m)
 - eri aselajit (tähtäinjousi, taljajousi, vaistojousi)
 - kilpailualueella olevat tukihenkilöt (valmentajat, vanhemmat jne)
 - järjestävän seuran talkooväki
- Eri ryhmät voidaan erottaa esimerkiksi lippusiimalla tai muilla selkeästi havaittavilla tilanjakajilla. Osallistujille pitää kuitenkin olla mahdollisuus käyttää kisajärjestäjän palveluita (WC, kanttiini). Nämä ovat kaikille yhteiskäyttöisiä. Ryhmien muodostamisella ei voida täysin estää ryhmien ajoittaista kontaktointia, mutta näin menettelemällä voidaan vähentää kontaktien määrää ja kestoja.
- Turvaetäisyys pidetään minimissään 1,2 metrissä (mitta perustuu 2,4 metrin taustajakoon). Ammuntalinja on järjestettävä siten, että turvaetäisyys säilyy koko kilpailun ajan. Ampujien määrää per tausta ei rajoiteta.

Osallistujamäärä, kilpailukutsu:

- Osallistujamäärään vaikuttaa kilpailun järjestäjien määrä sekä huoltajien määrä, jotka lasketaan yhteen sekä mahdollisuudet muodostaa alle 50 hengen ryhmiä
- Kilpailun järjestäjä määrittää kilpailuun osallistuvien enimmäismäärän voimassa olevien viranomais määräysten puitteissa

- Kilpailukutsussa on syytä mainita, että kilpailijat osallistuvat kilpailuun yksin. Vain täysin välttämättömät huoltajat saavat osallistua kilpailutapahtumaan perustelluista syistä. Lapsille ja nuorille sallitaan yksi huoltaja tai valmentaja.
- Rajoitus koskee yhtä tapahtumaa. Jos kilpailu jaetaan useampaa ryhmään (aamupäivä / iltapäivä, lauantai / sunnuntai), voidaan osallistujamäärää vastaavasti nostaa.
- Kilpailukutsuun on hyvä lisätä maininta, että kilpailuun saa osallistua vain täysin oireettomana. Kilpailumaksu palautetaan, jos henkilö peruu osallistumisen oireilun takia.
- Maksaminen (kanttiini, osallistumismaksut) suositellaan tehtävän maksukorteilla tai tilisiirroilla.

Tauluammuntakilpailua koskevat erityisohjeet:

- Järjestäjän vastuulla on tiedottaa (kuulutukset, printit) osallistujille erityisohjeista
- Ampujien turvaetäisyys ammuttaviivalla on minimissään 1,2 metriä. Ammuttapaikat on merkittävä erityisen huolellisesti, jotta etäisyydet toteutuvat.
- Tuloksia merkittäessä pidetään vähintään sama 1,2 metrin turvaetäisyys
- Jos osallistujamäärä koostuu useammasta 50 hengen ryhmästä, on nämä pyrittävä eriyttämään tilanjakajilla (lippusiima tms). Tuomarit ja kenttähenkilökunta (tauluryhmä) tulee sisällyttää 50 hengen ryhmiin.
- Välinetarkastuksessa välineet tarkastetaan ilman kosketusta. Jousi tarkastetaan telineestä tms. ilman kosketusta. Taljajousien paunat voidaan mitata painoilla (tai jättää mittaamatta).
- Tauluryhmän ja tulospalvelun jäsenet, jotka käsittelevät tauluja ja tuloskortteja, ohjeistetaan käyttämään käsineitä (mielellään kertakäyttöisiä)
- Ampujia voidaan ohjeistaa myös vaihtamaan itse omat taulunsa (järjestäjän päätettävissä)
- Jokainen ampuja koskee vain omiin välineisiinsä ja ottaa taustasta vain omat nuolet
- Kilpailunjohtajan vastuulla on, että tuomarit ja kenttähenkilökunta ovat erityisvaatimuksista tietoisia ja vastuuttaa tuomareita ja kenttähenkilökuntaa valvomaan näiden noudattamista ja tarvittaessa puuttumaan epäkohtiin.
- Jos kilpailuun osallistuvalla henkilöllä on kilpailun aikana selvästi havaittavia ylähengitystieinfektion oireita (yskimistä, aivastelua tms) on kilpailunjohtajalla velvollisuus kehottaa henkilöä poistumaan kentältä
- Hengityssuojaimien käyttäminen myös ampussa on sallittua
- Palkinnot jaetaan ilman kosketusta ja turvaetäisyys säilyttäen. Palkinnot asetetaan pöydälle, josta urheilijat käyvät ne hakemassa.
- Kaikki hygieniaohjeet ja turvavälit koskevat myös talkoita, joilla kilpailut järjestetään.
- Järjestäjä varaa kilpailun ajaksi riittävästi käsidesipulloja/-pumppuja, jotka sijoitetaan niin, että ne ovat kaikkien saatavilla:
 - toimitsijapöydillä
 - ammuttaviivan taakse odotusalueelle (esimerkiksi yksi per viisi taustaa)
 - tauluille (esimerkiksi yksi per viisi taustaa)
 - WC-tiloihin
 - kanttiinitiloihin
 - tuomareiden tiloissa

- Kentälle on hyvä varata myös kertakäyttöisiä puhdistusliinoja / spreytä jota voi käyttää välineiden puhdistamiseen tarvittaessa
- Järjestävällä seuralla tulee olla tiedossa kaikki henkilöt, jotka osallistuvat kilpailujen järjestämiseen. Jos kilpailun jälkeen ryhmässä (kilpailijat / järjestäjät) todetaan Covid-19 tartunta, on paikalla olleiden henkilöt oltava tavoitettavissa.
- Kilpailunjärjestäjä saa järjestää kanttiinipalveluita, mutta näiden toteuttamisessa on noudatettava erityistä varovaisuutta. Vähintään seuraavia ohjeita on noudatettava:
 - Juomat ja ruuat annostellaan kanttiinin pitäjän toimesta
 - Juomat ja ruuat annetaan asiakkaalle (mielellään erillään olevan) pöydän kautta. Ei suoraan kädestä käteen ojentamalla.
 - Esillä olevat ruuat on hyvä pitää läpinäkyvällä kuvulla, tuorekelmulla tms peitettynä
 - Kanttiinin henkilökunnan on pidettävä kertakäyttökäsineitä
 - Asiakkaita muistutetaan turvaväleistä (esimerkiksi näkyvällä paikalla olevilla teksteillä ja maahan laitetuilla merkeillä)
 - Kanttiinin yhteyteen laitetaan tarjolle käsidesiä
 - Kanttiinin yleisestä siisteydestä huolehditaan koko kilpailupäivän ajan
- WC-tilat ja muut yleisessä käytössä olevat tilat:
 - WC-tiloissa on aina oltava mahdollisuus käsien pesuun mielellään vedellä ja saippualla. Jos tämä ei ole mahdollista, käsidesiä on oltava aina tarjolla.
 - WC-tilojen siisteydestä ja yleisestä hygieniasta on huolehdittava erityisen tarkasti. Ovenkahvat, hanat, WC-istuimet ja kaikki pinnat joihin kosketaan, on siivottava desinfioidulla pesuaineella riittävän usein kilpailupäivän aikana.
 - Pukuhuoneiden ja muiden yleisessä käytössä olevien tilojen ovenkahvat ja muut kosketeltavat pinnat siivotaan desinfioidulla pesuaineella riittävän usein kilpailupäivän aikana

Maasto- ja 3D-kilpailuja koskevat erityisohjeet:

- Tauluammuntaa koskevat yleiset ohjeet ovat voimassa myös maastoammuntakilpailuissa (esim. lämmittelyalue)
- Ryhmäkoko maksimissaan neljä henkeä
- Kahden ampujan välinen turvaetäisyys paalulla vähintään 1,2 metriä
- Maastossa liikkeessä turvaetäisyys vähintään 1,2 metriä
- Jos rasteille siirtyminen aiheuttaa poluilla ruuhkaa, voidaan lähtöjä porrastaa
- Tulokortteja ei kierrätetä kädestä toiseen
- Osumat tarkastetaan yksi ampuja kerrallaan turvaetäisyydet pitäen

Osallistujien informoiminen (tästä listasta voi ottaa tulosteen kilpailupaikalle):

- Vain täysin oireettomat henkilöt saavat osallistua kilpailuun / oleilla kilpailualueella.
- Jos sinulle kilpailun aikana ilmaantuu oireita, keskeytä kilpailu ja poistu kilpailupaikalta. Terveys on kilpailua tärkeämpää!
- Muista pitää 1,2 metrin turvaväli koko kilpailun ajan

- Jos kentälle on muodostettu alle 50 hengen ryhmiä, on liikkumista kentän muilla alueilla vältettävä (WC-tilat, kanttiini ja muut palvelut ovat yhteisiä). Vietä tauot oman ryhmäsi alueella.
- Pese käsiä vedellä ja saippualla huolellisesti. Käytä omaa tai kentältä löytyvää käsidesiä.
- Koske vain omiin välineisiisi
- Tarkistakaa osumat taulussa yksi kerrallaan turvaetäisyydet pitäen
- Poimi taustasta vain omat nuolesi. Vältä kaverin nuoliin koskemista. Pyri vetämään nuolet, ilman että kosket kämmenellä tauluun / taustaan. Käytä tarvittaessa käsineitä. Muista käsihygienia!
- Käytä tulosnäyttöä siten, että turvaetäisyys säilyy
- Suojaa suusi ja nenäsi kertakäyttönenäliinalla, jos yskit tai aivastat. Huolehdiathan, että kuljetat käytetyt nenäliinat ja muut roskat pois kentältä ja hävität ne asianmukaisesti. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta puserosi hihan yläosaan, älä käsiisi. **Jos kilpailussa ollessa sinulla ilmenee yskää / aivastelua tai muita ylähengitystieoireita, poistu kentältä ja eristä itsesi lähikontakteista kodin ulkopuolella, kunnes tiedät, sairastatko Covid-19-tautia**

Olympiakomitean päivittyvä ohjeistus Koronavirustilanteen vaikutuksista urheiluun

Olympiakomitea pitää yllä päivittyvää ohjeistusta urheilulle Koronavirustilanteesta. Ohjeistus on kaikille lajeille yhteistä ja se on jaettu osa-alueisin:

1. Viruksen leviämistä rajoittavat toimenpiteet
 - a. Henkilökontaktien minimointi
 - b. Oireettomuus osallistumisen ehtona
 - c. Koronavirustestaus
 - d. Hygenia harjoitustiloissa
 - e. Tukipalvelujen käyttö
 - f. Sairastusmitilanne joukkueen matkalla
2. Suojautuminen tartunnalta
 - a. Henkilökohtaisen riskin arvio
 - b. Henkilökohtainen hygienia
 - c. Lähi- ja henkilökontaktien välttäminen omassa arjessa
 - d. Vastustuskyvyn tukeminen

<https://www.olympiakomitea.fi/2020/05/15/ajankohtaista-tietoa-koronavirustilanteen-vaikutuksesta-urheiluun/>

Olympiakomitean toimintaohjeet urheilijalle, valmentajalle tai huoltajalle, jolla hengitystieinfektion oireita:

1. Eristä itsesi lähikontakteista kodin ulkopuolella, kunnes tiedät, sairastatko Covid-19-tautia.
2. Täytä sähköinen oirekysely: <http://www.omaolo.fi/>. Täytä myös kyselyn lisätietoihin: laji, seura, joukkue. Tämä auttaa keräämään tietoa mahdollisista urheilussa tapahtuvien tartuntojen määrästä.
3. Ota puhelimitse yhteys omaan terveyskeskukseen tai yksityiselle lääkäriasemalle, josta sinut ohjataan koronavirustestiin.
4. Ilmoita sairastumisestasi joukkueen johdolle, joukkueen lääkärille ja henkilöille, joiden kanssa olet ollut lähikontaktissa edellisen vuorokauden aikana.
5. Ilmoita koronavirustestin tuloksesta joukkueen johdolle ja joukkueen lääkärille.
6. Jos koronavirustesti on positiivinen, alueesi tartuntataudeista vastaava lääkäri aloittaa tartuntaketjuseelvityksen ja on yhteydessä tartunnalle altistuneisiin henkilöihin.
7. Jos sinulla on varmistettu koronavirustauti, pysytele kotona vähintään 14 vuorokauden ajan. Jos sinulla on oireita vielä 14. päivänä tai sen jälkeen, pysy kotona, kunnes olet ollut oireeton vähintään kaksi vuorokautta.
8. Jos sinulla on muu kuin koronavirusinfektio, pysy kotona, kunnes olet ollut oireeton vähintään kaksi vuorokautta.
9. Urheilija, raportoi oirekuvasi lääkärillesi säännöllisesti, kunnes olet palannut takaisin normaaliin harjoitteluun. Saat toimintaohjeita lääkäriltäsi taudinkuvasi mukaan.
10. Malta levätä ja seurata lieväoireistakin taudinkuvaa. Älä aloita harjoittelua ennen kuin olet täysin oireeton. Toipumisvaiheessa voit ulkoilla vointisi salliessa etäisyydet säilyttäen.

Jos sinulla on oireita, jotka voisivat viitata koronavirusinfektioon (esim. hengitystieoireet, kuume, yskä, hengenahdistus, lihaskivut, väsymys, nuha, pahoinvointi, ripuli, haju- tai makuuistin menetys) pysy ehdottomasti kotona. Pelkästään oireiden perusteella ei voi

päätellä, onko hengitystietulehduksen aiheuttaja koronavirus vai joku muu taudinaiheuttaja. Myös allergiaoireiden erottaminen infektiosta voi olla vaikeaa.

Joukkueen mahdollinen altistuminen ja karanteeni

1. Jos joukkueen jäsenellä ilmenee koronavirusinfektioon viittavia oireita, edellisen vuorokauden aikana lähikontaktissa olleet asettavat itsensä karanteeniin, kunnes testitulos on selvillä. Jos tulos on negatiivinen, altistuneiden karanteeni voidaan lopettaa.
2. Jos koronavirustesti on positiivinen, tartuntatautilain mukaisesti alueen tartuntataudeista vastaava lääkäri tekee epidemioiden selvitystä ja tartunnan jäljittämistä ja määrittää karanteeniin asetettavat henkilöt. Karanteeniaika on viruksen mahdollinen itämisaika.
3. Joukkueen altistumisriskiä voidaan vähentää minimoimalla lähikontakteja ja välttämällä pitkäaikaista yhdessäoloa suljetuissa tiloissa (esim. linja-auto).