

## Smittevernregler rulleskirenn Bestemorenga 29.08.20

1. Alle som skal være til stede må være frisk
  - a. Gjelder både deltagere og tilskuere
  - b. Ved minste tegn til luftveissymtomer; hoste, snørr, feber, heshet, tung pust, endret smak eller lukt må vedkommende holde seg hjemme
    - i. Skulle det skje under arrangementet, må vedkommende forlate anlegget umiddelbart
2. Maksimalt 200 personer til stede på anlegget:
  - a. Dette er inkludert deltagere og tilskuere
  - b. Maksimalt 100 deltagere for å sikre at det ikke blir for mange til stede
  - c. Arrangører kommer i tillegg
3. Parkering og registrering:
  - a. Alle må registrere seg med navn og telefonnummer ved ankomst
  - b. Parkering ved «gammel tidtakerbu», parkering ved Bestemorstua og nåværende tidtakerbu er stengt → følg merking
  - c. «Sluse» inn til rulleskiløypa med navneregistrering, viktig at alle går inn i anlegget her.
4. Det utplasseres håndsprit ved inngang til anlegget (registrering), rennkontor, start, mål, toalett og kafe:
  - a. Alle må vaske hendene minimum ved ankomst, ved hoste, før start, etter renn, ved toalettbesøk og ved besøk i kafe.
5. Hold minimum 1 meters avstand til enhver tid:
  - a. Særlig viktig ved evt kø ved registrering, rennkontor og kafe.
  - b. Obs start og målområdet
6. Unngå håndhilsing, nærkontakt, og host, spytt og snyting innenfor 2 meters avstand fra andre under hele arrangementet
7. Rennet gjennomføres med enkeltstart for å minimere smitterisiko
8. Garderobe er ikke tilgjengelig, men toalett vil være åpent