

# Gålå



## SMITTEVERNINSTRUKS OG INFO FOR EQUINOR NORGESCUP PÅ GÅLÅ 05.03.- 07.03.2021



### RENNPROGRAM:

#### **Onsdag 03.mars**

Kl 18:00 - 21:00 Rennkontor åpent.

#### **Torsdag 04.mars**

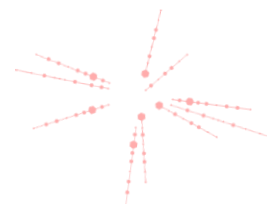
Kl 10:00 - 22:00 Smørehall åpent/åpent for vogner (NB! ingen kommer inn i området før dette tidspunktet)

Kl 11:00 - 17:00 Rennkontor åpent.

Kl 13:00 - 16:00 Offisiell trening.

Kl 18:00 Lagledermøte - Digitalt på Teams.

*Folkelig – Inkluderende – Offensiv – Ærlig*



### Fredag 05.mars

Kl 08:00 - 15:00 Rennkontor åpent.  
Kl 06:00 - 22:00 Smørehall åpent/åpent for vogner  
Kl 10:00 Første start (kvinner senior starter først alle dager)

### Lørdag 06.mars

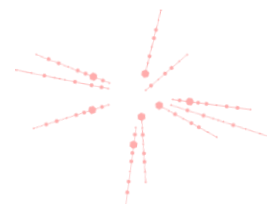
Kl 08:00 - 15:00 Rennkontor åpent.  
Kl 06:00 - 22:00 Smørehall åpent/åpent for vogner  
Kl 10:00 Første start (kvinner senior starter først alle dager)

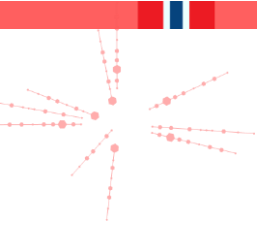
### Søndag 07.mars

Kl 08:00 - slutt Rennkontor åpent  
Kl 06:00 - 13:00 Smørehall åpent/åpent for vogner  
Kl 09:00 Første start (kvinner senior starter først alle dager)

#### ANSVARLIGE, LOKAL ARRANGEMENTSLEDELSE:

Rennleder	Audun Skattebo	90030720	<a href="mailto:audun.skattebo@gmail.com">audun.skattebo@gmail.com</a>
Ass. rennleder	Ole Flækøy	90640971	<a href="mailto:flekoy@online.no">flekoy@online.no</a>
Sekreteriat	Solveig Odlo Rønn	48210470	<a href="mailto:gala@galaidrett.no">gala@galaidrett.no</a>
Løyper/Stadion	Bjørnar Bakken	905651	<a href="mailto:utistugu@online.no">utistugu@online.no</a>
Tidtaker	Stig Løkken	90188953	<a href="mailto:stig@liahb.no">stig@liahb.no</a>
Serviceområde	Bjørnar Bakken	90565187	<a href="mailto:utistugu@online.no">utistugu@online.no</a>
Løypesjef	Lars Wadahl	97400900	<a href="mailto:lars.wadahl@afgruppen.no">lars.wadahl@afgruppen.no</a>
Arenasjef	Ola Holmestad	46620353	<a href="mailto:ola@skabuhus.no">ola@skabuhus.no</a>
Løypemannskap	Morten Randen	93236751	<a href="mailto:morten.randen@nordbohus.no">morten.randen@nordbohus.no</a>
Servering	Berit T. Muriteigen	95912660	<a href="mailto:berit@muriteigen.no">berit@muriteigen.no</a>
Premieansvarlig	Egil Tofte	91712155	<a href="mailto:egil.tofte@nord-fron.kommune.no">egil.tofte@nord-fron.kommune.no</a>
Mannskapsansvarlig	Ole Flekøy	90640971	<a href="mailto:flekoy@online.no">flekoy@online.no</a>
Parkering/Skilting	Kjell Rønn	90738350	<a href="mailto:kjjoh-ro@online.no">kjjoh-ro@online.no</a>





## KOHORTINNDELING OG REGISTRERING

Kohort A rød – Utøvere 145 stk

Kohort B blå – Service og trenere 55 stk

Kohort C hvit – Arrangør og frivillige: NSF- ledere 20 stk + ca. 50 frivillige pr. dag

Kohort D grønn – Presse

Arrangøren registrerer hvilke personer som inngår i hvilke kohorter, og hvor disse oppholder seg til enhver tid. I tillegg registreres navn, bosted under arrangementet og tidsrom for tilstedeværelse av arrangøren. Vi bruker manuelle lister som oppbevares i 14 dager etter arrangementet.

## OVERORDNEDE BARRIERER OG SMITTEVERTILTAK FOR ARRANGEMENTET

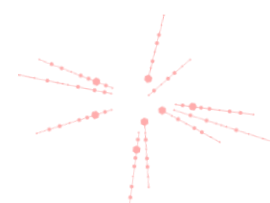
Arrangøren bygger sine smitteverntiltak på følgende prinsipper:

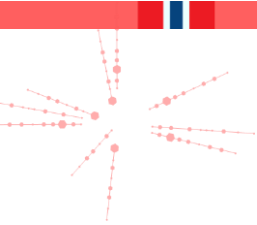
1. Unngå at syke personer kommer i kontakt med friske ved god informasjon til alle i arrangementet, fysiske sperringer/begrensninger og raske melderutiner ved sykdom
2. Holde fysisk avstand på minimum 1m mellom enkeltpersoner og 2m mellom kohorter
3. Begrense antall mennesker på samme sted/område til kohorter og smågrupper ved at vi har godt vakthold. Vi har både ambulerende smittevernsvakter og kohortvakter.
4. God informasjon om håndhygiene, korrekte hosterutiner og begrense hånd til ansikt kontakt
5. Sikre hyppig renhold av alle fellesområder/flater på arena
6. Ved brudd på smittevernreglene/protokollen medfører tap av akkreditering og hjemsendelse fra arrangementet.

## SMITTEVERN

Generelle «coronavettregler»:

- *Ingen skal ta på samme utstyret med hendene uten at hansker anvendes*
- *De som bruker hansker skal ikke berøre ansiktet sitt med hanskene*
- *Toalettbesøk på angitte steder og opptreden iht. beskrivelse lenger ned i dette dokumentet*





- *Vi retter oss etter det «smittevernledere» kommer med anmodning om*
- *Vi anmoder alle om å holde avstand iht. de til enhver tid gjeldende retningslinjer for sosial distanse*
- *Vær ekstra forsiktig når du tar på håndtak/flater som andre tar på.*
- *Alle må være nøye med håndvask.*
- Munnbind skal brukes hvis man ikke klarer å holde minimum 1 meter avstand.

Vi anbefaler at alle frivillige bruker munnbind uansett. Hvis du ikke har munnbind, så har vi engangsmunnbind. De må skiftes når de blir våte, da filtreringsevnen blir dårlig.

#### NULLTOLLERANSE FOR SYKDOM

Hvis du dagene før eller samme dag som ankomst har kjent symptomer på:

- - forkjølelse,
- - tap av lukt og smak
- - mageproblemer
- - andre symptomer på akutt infeksjonssykdom

så skal du ikke møte opp på stadion, meld fra til gruppeleder ved forfall

Har du vært på stadion før symptomene oppsto, så skal du melde fra om dette til smittevernsleder for arrangementet Berit T. Muriteigen tlf. 95912660

Alle som er i eller annen karantene skal ikke være tilstede under arrangementet. Det gjelder også hvis et hustrandsmedlem er i karantene.

#### ARRANGEMENTET VIL **IKKE** VÆRE ÅPNE FOR PUBLIKUM



## ARENAENE

- Arrangør har adgangskontroll til hver enkelt inngang for de ulike kohortene på arena. Kun korrekt akkreditering gis adgang. Akkrediteringsbeviset er en vest. Vesten er nummerert og vi har lister med navn og tilhørende nummer. Vestens farge er i samsvar med fargen på kohorten og sonen.

Kohort A rød – Utøvere

Kohort B blå – Service og trenere

Kohort C hvit – Arrangør: frivillige, NSF ledere (5 regionledere, elitetrenere, NSF marked og arrangementsavd.)

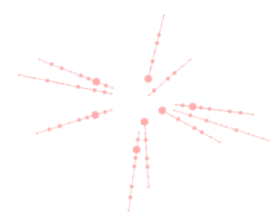
Kohort D grønn – Presse.

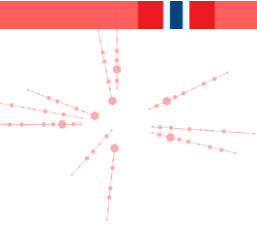
- Det opprettes separate parkeringer for de ulike kohortene. Se kartskisser.
- Oppholdsrom på arena inndeles pr. kohort. Se kartskisse.
- Alle måltider serveres fortrinnsvis på hotell/bosted. Personell som skal være på arena over lengre tid får tilgang til ferdig påsmurt mat.
- Startnummer pakkes på forhånd og henges opp for avhenting av den enkelte utøver. Innpakking og oppheng gjøres av funksjonær som har fulgt interne prosedyrer for desinfisering.
- Klær og utstyr ivaretas av den enkelte løper, det vil ikke være plastposer for klær.
- Premieutdeling/seiersseremoni gjennomføres i henhold til gjeldende avstandsregler og uten utdelere. Premier plasseres på podiet/på egnede bord e.l. i forkant og tas opp av den enkelte utøver selv.
- Dusj/Garderober: Utøvere dusjer på eget overnattingsted, det er ikke dusj/garderober på stadion. Utøverne må ha med skifteklær og forlate stadion rett etter at de har kommet i mål.
- Toaletter: Beskrivelse av toalettfasiliteter. Se kartskisse. Hver sone har sine egne toaletter. Man trenger ikke gå gjennom andre soner for å komme på «sitt» toalett.

*Det vil bli hengt opp en egen instruks på hvordan man skal anvende / forlate toalettene. Instruksjonen vil være:*

***DØRHANDTAK INN / UT AV TOALETT, KNAPP TIL  
NEDSPYLING SKAL RENGJØRES OG BERØRES  
MED ANTIBAC-SERVIETT UNDER OG ETTER HVERT BRUK.  
HUSK HÅNDVASK!***

Folkelig – Inkluderende – Offensiv – Ærlig





Utenfor alle toaletter blir det satt opp egne stasjoner med antibac



**Kafeteria:** Det vil ikke være kafeteria på området. De som jobber på stadion hele dagen vil få servert mat.

**Renntkontor:** Det er kun adgang for en besøkende om gangen. Kun de fra gruppe A og C (rød og hvit) har adgang til renntkontoret.

**Renhold:** Det vil bli utarbeidet rutiner for hyppig vask med klorblanding.

**Vakthold:** Det vil være vakter ved inngangene til stadion som sjekker akkreditering.

**Smittevern:** Det vil være egne smittevernvakter som går rundt på stadion og påser at smittevernprotokollen blir overholdt.

Dere frivillige har fått « Trivelig Stugu» som oppholdsrom/varmestue hvis noen ønsker å gå inn der. Tørk bordet med spritserviett før du setter deg for å spise, og tørk av på nytt når du forlater spiseplassen.

Hold 2 meter avstand til hverandre, da unngår dere å havne i en eventuell nærkontaktkarantene.

**Vi må oppføre oss som om alle andre er smittet.**

## AKKREDITERING

- Ingen kommer inn på stadion uten akkreditering. Det er ikke adgang til å oppholde seg i andre soner enn den man har akkreditering til å være i.
- Akkrediteringsbeviset er en vest i den fargen som den kohorten du tilhører har.
- Akkrediteringen gjelder kun den dagen de skal gå løp, og på torsdag under den offisielle treningen
- Akkreditering og parkeringsbevis fås ved Røde Kors hytta. Funksjonærer får også sine vester der. Disse må leveres inn ved avreise siste dag du jobber der. Gruppeleder er ansvarlig for å få inn disse.
- Alle løpere, trenere, støtteapparat, teknisk personale, presse, frivillige er forpliktet til å sette seg godt inn i smittevernstiltakene. Ved brudd på bestemmelsene kan akkrediteringen bli inndratt

*Folkelig – Inkluderende – Offensiv – Ærlig*



# Peer Gynt Stadion

## Smittevernszoner

