

Smittevern og koronavett plan gjeldene for FIS renn i regi av KIF Alpin 6.-7.2 2021:



Ansvarlig arrangør: KIF Alpin
Dato: 6.-7. Februar 2021,
Klokkeslett: 08:00 – 16:00
Sted: Skimore Kongsberg (Kongsberg Skisenter)
Rennleder: Kjell Herland
Leder KIF Alpin: Elsa Glijan Kristiansdottir
Smittevern ansvarlig: Øistein Thoresen

Om arrangementet:

FIS renn i grenen slalåm. Målgruppe er utøvere født 2004 og eldre som er registrert i FIS systemet. Arrangementet gjennomføres av smittevernhensyn utenpublikum og kun for deltakere, trenere og nødvendig arrangørstab samt foreldre av deltakere (som tidvis også fungerer som funksjonærer/service). Utenfor arenaen gjelder Skimore Kongsberg sine retningslinjer ifm bruk av varmistue/andre fasiliteter. For å minimere antall personer i og rundt arrangementet er det bestemt å gjennomføre dame renn lørdag (2x) og herre renn søndag (2x).

Videre vises det til KIF Alpin sin generelle smittevern protokoll som er lagt ved i slutten av dette dokumentet hvor også lenker til generelle retningslinjer finnes.

Målsetning:

Det overordnede målet for arrangøren er å unngå at syke personer kommer i nærkontakt med friske i løpet av arrangementet.

Dette skal oppnås ved: At syke personer IKKE skal oppsøke arrangementet, men holde seg hjemme eller i isolasjon til test av Covid-19 og prøvesvar foreligger.

At arrangøren, KIF Alpin, på en forsvarlig måte skal ivareta smittevernet og forebygge tilfeldig eksponering for og spredning av covid-19. Målet med de foreslåtte smitteverntiltakene er å beskytte både trenere/service folk/frivillige, deltakere og foresatte. Selv om de anbefalte smitteverntiltakene gjennomføres, kan tilfeller av covid-19 oppstå. De anbefalte tiltakene vil bidra til å begrense smittespredning i samfunnet. Se for øvrig: **Smittevern og koronavettregler for KIF Alpin trening ute på snø.**

Følgende gjelder spesielt for FIS renn, og dette er gjort tilsvarende andre FIS renn arrangement andre steder i landet, men tilpasset forhold på Kongsberg og Skimore Kongsbergs sine retningslinjer.

Renngjennomføringen er på grunn av Koronatiltak endret fra tidligere år, til en dag med to dame renn og en dag med to herre renn.

Lagledermøter gjennomføres på internett/teams. Alle som deltar er påmeldt gjennom skiforbundet sitt system, og er derfor registrert. Trenere og ledere som er med på arrangementet må registrere seg hos KIF Alpin og til renn sekretariatet for Smittevern sporing.

Arrangørens (KIF Alpins) hovedfokus vil være på; - god informasjon til alle i arrangementet, - fysiske sperringer/begrensninger og raske melderutiner ved sykdom - Holde fysisk avstand på minimum 1m mellom enkeltpersoner og 2m mellom kohorter - Begrense antall mennesker på samme sted/område til kohorter og smågrupper Ingen med kjente koronasymptomer skal delta på rennet. Deltagelse på renn skal oppleves som trygt både for arrangører og deltagere.

Rennleder er arrangementets kontakt person mot Skimore og resten av skisenteret.

Gjennomføringsplan og risikovurdering for smittevern

Det henvises til vedlagte renninvasjon og Skimore Kongsberg sin smittevernplan.

Nedenfor følger de viktigste tiltakene som iverksettes for å gjennomføre rennene på en måte som ivaretar gjeldende smittevernskrav, og begrenser sannsynligheten for spredning av Covid-19 smitte under arrangementet:

Munnbind

Alle skal bruke munnbind med unntak av når man kjører sine omganger.

Unngå å skape nye nærkontakter

Det er særdeles viktig å unngå å skape nye nærkontakter i forbindelse med arrangementet. Definisjon av nærkontakt er hvis:

- man har hatt kontakt med en person som er bekreftet smittet med covid-19 mindre enn 48 timer før den smittede fikk de første symptomene (for asymptomatiske: se kap om smitteoppsporing)

OG

- kontakten har vært under to meters avstand i mer enn 15 minutter ELLER direkte fysisk kontakt ELLER direkte kontakt med sekret

Antall deltagere

Dame- og herre-renn gjennomføres separat for å begrense antall deltagere pr. renn.

Et renn blir helt avviklet og deltagere bedt om å forlate rennområdet før neste renn og gruppe deltakere ankommer. Et FIS renn har et max antall deltagere på 140 personer. Det er forventet færre enn dette. Det forventes ca 80 herrer og ca. 60 damer.

Publikum

Rennene gjennomføres uten publikum. I renninvasjon vil det kommuniseres at det ikke ønskes publikum tilstede ved rennavvikling. Dette vil også kommuniseres på lagledermøte. For eventuelle utenlandske deltagere, gjelder FHI/Helsedirektoratets regler for innreisekarantene. Det forventes ikke deltagelse fra utenlandske løpere med bosted utenfor Norge.

Heis og Start

RENN INNGANG – KIF Alpin sørger for å sette opp egen sluse.

Skimore Kongsbergs retningslinjer gjelder for bruk av heis. T-kroken benyttes til dette arrangementet. Personer som er definert å tilhøre samme «kohort» kan likevel kjøre 2 sammen.

Det er viktig at definisjonen av «kohort» som brukes av hvert skigymnas/treningsgruppe overholdes. Deltager fra forskjellige skigymnas skal ikke, under noen omstendighet dele skiheis.

START/PÅ TOPPEN -Dedikerte oppholdssoner pr. skigymnas/klubb.

Det vil bli merket opp soner på toppen slik at de forskjellige gruppene holdes adskilt frem til start. Det vil også defineres et startområde hvor max 10 løpere oppholder seg samtidig. Her tilrettelegges det for minimum 1 m avstand mellom deltagere.

Trenere kan ikke oppholde seg i startsonen. Trenere som oppholder seg på toppen skal bruke munnbind.

Det oppfordres til å bruke munnbind ved toalettbesøk og besøk i serveringssteder.

Skifte/Garderobe

Skal gjøres i de respektive bussene som tilhører skigymnasene/lagene.

Sekretariat / Lagledermøte

Sekretariat finnes i varmestua, hver dag 0700-0745. Bruken av sekretariatet skal begrenses. I all hovedsak løses påmelding, betaling og evt. endringer på nett.

Alle lagledermøter gjennomføres på Teams.

Premieseremoni

Det er kun premiering av topp tre i FIS Renn. Premieutdelingen gjennomføres uten publikum. Dette gjennomføres derfor uten noen risiko for smitte. Alle regler blir gjennomgått med lagledere på Lagledermøte.

Starter og øvrig funksjonærer som har kontakt med trenere/utøvere skal bære munnbind. Deltakere bruker munnbind ihht retningslinjer fra Skimore Kongsberg, bortsett fra «start til mål».

Beskrivelse av tiltak for å hindre at syke personer deltar

Forhåndsinformasjon til deltakere gjennom renninvasjon på skiforbundet og FIS sine sider, samt informasjon til alle skigymnas/lag på lagledermøter og via sosiale medier.

Beskrivelse av tiltak som skal sikre at avstandsregler opprettholdes

Dedikerte soner for hvert skigymnas.

Ellers henvises det til Skimore Kongsberg sitt regelverk.

Beskrivelse av håndhygienetiltak og øvrige hygienetiltak

Det henvises til Nasjonale retningslinjer.

Beskrivelse av tiltak for å sikre smittesporing

Rennets startliste brukes som smittesporingsliste for rennet da disse oppdateres fortløpende.

I tillegg mottas lister med kontaktinfo på alle løpere/trenere/funksjonærer/service-folk i forkant av arrangementet. Sekretariatsleder vil føre oversikt med kontaktinfo over og tidspunkt for tilstedeværelse for alle personer i arrangørstaben. Lister over deltager og arrangørstab oppbevares hos KIF Alpin i 10 dager etter siste renndag.

Opplæring og info til arrangørstab

Arrangørstaben består av ansatte/trenere i KIF Alpin og frivillige foresatte. Arrangementet gjennomføres i tett samarbeid med Skimore Kongsberg sine ansatte. Nødvendig

opplæring/informasjon vil bli formidlet til arrangørstaben i forkant av arrangementet. Det vil spesielt vektlegges at deltagere og arrangørstab har ekstra strenge krav til avstand. Arrangørstab skal ihht. NSFs retningslinjer ha minimum 2m avstand til deltagere, da disse gruppene utgjør separate kohorter.

Arrangørstab må også ha kjennskap til symptomer på koronasmitte slik at de ved de minste symptomtegn på Covid-19 holder seg borte fra arrangementet.

Prosedyre for håndtering av mistanke om koronasmitte

Ved mistanke om Covid-19 smitte eller ved identifisert smitteutbrudd skal smittevernansvarlig og kommuneoverlege i Kongsberg kommune informeres umiddelbart. Kommuneoverlege er normalt ansvarlig for å avgjøre grad av tiltak herunder karantene og isolasjon. Alle involverte parter, herunder arrangør, ledere og utøvere, underlegges vedtak og pålegg fra kommuneoverlege.

Kommuneoverlege er normalt ansvarlig for smittesporing.

Smittevernsregler for deltagere FIS Kongsberg, 6. – 7. februar 2021.

Alle deltagere og støtteapparat må være 100% friske. Hold dere hjemme ved de miste tegn på sykdom.

Alle utøvere/støtteapparat som krysser landegrense SKAL følge retningslinjer for innreisekarantene. Arrangøren skal i samarbeid med Skiforbundet ha oversikt over evt. deltakere som faller inn under denne ordning og følge de opp spesielt.

Ved ankomst, parker med god avstand til andre, slik at lasting/lossing av utstyr kan skje uten nærkontakt.

Skift i bussen.

Begrens etteranmeldinger. All betaling skjer kontantløst via Vipps.

Begrens utstyr som taes med i bakken. Nødvendig utstyr oppbevares på tildelt område i bunn av bakken.

Bruk munnbind ved alt opphold innendørs; f.eks på totaletter, serveringssteder og butikk.

Serveringssteder benyttes i minst mulig grad. Respekter pålegg om avstand og antall.

Hold MINST 1m avstand i heiskøen! Dette gjelder både i lengderetningen og i bredden!

Kjør 1 og 1 på heisen. Deltagere ved ulike skigymnas/treningsgrupper skal ikke, under noen omstendighet, dele T-krok. Kun de som allerede er definerte som nærkontakt i treningsammenheng kan ta heisen sammen. (NEI, skigymnas/kohort er IKKE lik nærkontakt. I tvil? La være!!)

Besiktigelse forskjøvet i puljer, overhold din gruppes «timeslot» og husk MINST 1m avstand til andre løpere.

Finn din gruppes oppholdsområde i startområdet og opphold deg der før start

Hold MINST 1m avstand til andre løpere når du entrer startområdet.

Minimer antall trenere på start, disse må bruke munnbind.

Forlat paddock så snart det er mulig etter målgang. Returner til eget oppholdsområde, eller forlat rennområdet.

Premieseremoni etter rennslutt gjennomføres uten tilskuere. Premier overføres digitalt.

Smittevernsinfo til arrangørstab

Alle i arrangørstab må være 100% friske for å stille i bakken. Hold dere hjemme ved de miste tegn på sykdom. (halsvondt, forkjølelse, lett hoste, magetrøbbel, sykdomsfølelse, muskelsmerter, hodepine er alle symptomer på Covid-19)

Arrangørstab er i NSF's smittevernprotokoll definert som egen kohort, og skal dermed holde 2m avstand til alle deltagere under avvikling av renn. Dette skyldes at vi omgås både jente og guttegruppen i løpet av renndagene.

NB!! Avstandskravet gjelder også for egne barn, dersom de ikke har bodd sammen med familien den siste uken, og dermed ikke regnes som nærkontakter. Dette innebærer at det ikke er mulig å kjøre heis med egne barn i de fleste tilfeller.

Avstandskrav er ikke mulig å overholde for starter. Denne må derfor bruke munnbind under avvikling av rennene.

Dersom du kjører bil til skisenteret, parker i god avstand fra andre.

Det er ikke mulig å skifte i varmestuen. Møt opp ferdig kledd, eller skift i bilen.

Hold MINST 1m avstand i heiskøen! Dette gjelder både i lengderetningen og i bredden.

1 og 1 på heisen gjelder også arrangører.

Bruk munnbind ved alt opphold innendørs; f.eks på totaletter, serveringssteder og butikk.

Varmestue benyttes i minst mulig grad. Respekter pålegg om avstand og antall.

Les gjennom «smittevernsregler for deltagere» og hjelp til med å påse at disse etterleves.

Det er ekstra krevende å gjennomføre renn disse dager, takk for innsatsen! Dette klarer vi sammen!

Smittevern og koronavettregler for KIF Alpin trening ute på snø

Oppdatert regler i henhold til Nasjonale smittevernregler fra 04.01.2021 og 18.01.2021:

Veilederen er oppdatert med presiseringer vedrørende gjennomføring av skiaktivitet/skiarrangement renn. Norges Skiforbund oppfordrer til å arrangere lokale gode arrangementer gjennom pandemien.

Norges Skiforbund støtter opp under helsemyndighetenes arbeid for å hindre spredning av COVID-19-viruset. Skiforbundets koronaveileder er oppdatert med siste regler og retningslinjer for gjennomføring av aktivitet for klubber og medlemmer.

Disse retningslinjer gjelder inntil myndighetene gjør endringer i smittevernreglene.

KIF Alpin følger enhver tid gjeldende smitteveilederne fra FNI, Helsedirektoratet, Skiforbundet, Norges Idrettsforbund og de lokale retningslinjene fra Skimore Kongsberg.

IKKE møt på trening/til renn hvis: • Du har ett eller flere av følgende symptomer: Hodepine, feber, rennende nese, sår hals, kvalme, nyser eller hoster, er kortpustet, har mistet lukte eller smakssansen, eller har andre tegn på sykdom (kjente allergisymptomer er unntatt). • Det er mindre enn 2 dager (48 timer) siden du ble frisk fra sykdom. • Du har vært i samme husstand med eller hatt tilsvarende nærkontakt med et bekreftet tilfelle av COVID-19 i løpet av de siste 10 dagene.

1. Alle som deltar på trening må melde seg på trening via Rubic (smittesporing). Hvis du ikke har lastet ned appen ennå, last den ned her: https://apps.apple.com/app/id1126133651?fbclid=IwAR3tFVpphROMm4G3vr5mtm1Yt9U_uUrWwDnv4_yvXlJyc0WriinyoQX4bY

2. Unngå bytte av personer mellom gruppene. Hvis bytte må det gå 2 dager før

deltagelse i ny gruppe.

3. Barn under 140cm høyde må ha med en forelder/foresatt fra samme husstand for å komme på stolheisen. Forelder/foresatt må forventes å ta ansvar for barnet under trening med tanke på smittevern.

4. KIF alpin ønsker at alle utøvere som er 13 år og eldre og som deltar på trening gjennomfører NIF sitt koronavettkurs; <https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkur>

1. Alle forelder/foresatt/trenere over 19 år må ha med munnbind, unngå fysisk kontakt og hold minst 1 m avstand. (NIF)

2. Store treningsgrupper vil bli delt opp i mindre grupper hvis det er behov for det.

3. Meld fra til foreldrekontakt på mail eller styreleder hvis du blir syk i perioden mellom treninger. Se kontakt info under.

4. Vask eller desinfiser hendene før treningen starter og praktiser allment godt

smittevern før, under og etter hver treningsøkt.

1. Vi ønsker at alle over 16 år (foreldre og deltakere) laster ned den nye Smittestopp-appen.

KIF Alpin følger enhver tid gjeldende smittevernregler fra FNI, Helsedirektoratet, Skiforbundet, Norges Idrettsforbund, Kongsberg kommune og Skimore Kongsberg.

Her kan du laste ned den nye Smittestopp-appen. Appen er frivillig å bruke, og er for deg som er over 16 år: <https://www.fhi.no/nyheter/2020/ny-smittestopp-app-klar-for-nedlasting/>

Skimore: <https://skimore.no/smittevern/>

Norges Idretts Forbund: <https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/viken>

Norges Ski Forbund: <https://www.skiforbundet.no/norges-skiforbund/nyheter/2020/12/nsfs-koronaveileder/>

Helsedirektoratet: <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere>

Foreldrekontakt U8: Thomas Sem Grøstad thomas@fasttekk.no

Foreldrekontakt U10: Hans Jørgen Andersson hja@gatebil.no

Foreldrekontakt U12: Gunnar Lysaker watvedt@gmail.com

Foreldrekontakt U14/16/18: Leif Olav Haugen leif.olav.haugen@gmail.com

Styreleder: Elsa Giljan Kristjansdottir styreleder.alpin@kongsbergidrettsforening.no