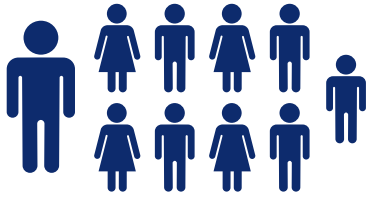


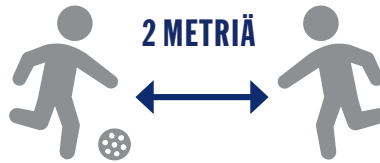


VOITETAAN KORONA YHDESSÄ

PALLOLIITON KORONA-AJAN OHJEISTUKSET HARJOITTELUUN



Ohjatussa tapahtumassa on maksimissaan 10 osallistujaa, joista vähintään 1 on valmentaja/ohjaaja.



Osallistujien kesken koko ajan vähintään 2 metrin turvaväli.



Fyysiset kontaktit eivät ole sallittuja.



Älä koske palloon käsillä tai päällä.



Merkkikartioita ja muita valmennuksen apuvälineitä käsittelee vain yksi henkilö. Liivejä ei käytetä.



Osallistujat eivät käytä pukuhuone- tai muita sosiaali-tiloja, vaan saapuvat kentälle ja poistuvat sieltä harjoitusvarusteissa. Vältä lähikontakteja myös matkalla harjoitukseen ja sieltä kotiin.

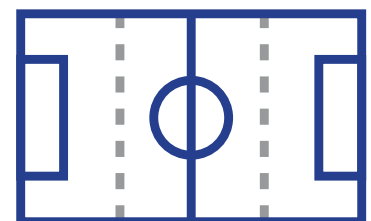


Pese kädet kotona ennen harjoituksia ja niiden jälkeen. Tämän lisäksi suositellaan käyttämään omaa desinfiointiainetta.



5 MIN

Eri ryhmien harjoitusvuorojen väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa. Harjoitus käynnistetään 5 minuuttia kenttävuoron alkamisen jälkeen ja lopetetaan 5 minuuttia ennen kenttävuoron päättymistä.



14.5. alkaen voi isolla kentällä olla samanaikaisesti yhteensä enintään 30 henkilöä kymmenen hengen ryhmiin jakaantuneina siten, ettei lähikontaktia synny.