

Kilpailupäivän muistilista

- Saavu kisoihin ainoastaan täysin terveenä.
- Laita hiukset ja kisameikit mielellään jo ennen jäähallille saapumista.
- Varmista, että sinulla on mukana kaikki kilpailuissa tarvittavat asiat. Myös vara-cd.
- Saavu paikalle 1 tunti ennen oman verryttelyryhmäsi alkua. Vältä turhaa oleskelua jäähallilla.
- Huolehdi hyvästä käsihygieniasta.
- Pukukoppikäytävä, pukukopit ja kilpailualue on varattu ainoastaan luistelijoille ja valmentajille.
- Poistu pukukopista mahdollisimman pian oman suorituksesi jälkeen.
- Tarkista mahdolliset koronaan liittyvät toimintaohjeet aina kilpailunjärjestäjän nettisivuilta.
- Saavu paikalle iloisella mielellä ja muista kaikkien kannustaminen.
- Jos joudut perumaan osallistumisen kilpailuun äkillisesti, laita viesti kilpailusihteerille sekä valmentajille (Satu p. 045 1101728, Laura p. 041 4692711)