

## Seurjen ja vakiovuororyhmien harjoitustoiminta UniSportin liikuntatiloissa 15.8.2020 alkaen, päivitetty 28.9.2020

UniSportin liikuntatiloja varaavien ryhmien (seurat, vakiovuorot, kertavaraukset) ja järjestettyihin ryhmiin osallistuvien (pallopeliryhmät) on noudatettava Suomen hallituksen, Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen, sosiaali- ja terveysministeriön, opetus- ja kulttuuriministeriön ja ulkoministeriön linjauksia liikkumiseen ja kokoontumiseen liittyen. Lisätietoa Valtioneuvoston, THL:n ja AVI:n sivuilla. Seuraa myös oman lajiliittosi ohjeita. Seurojen, joukkueiden ja ryhmien yhteyshenkilö vastaa siitä, että näitä ohjeita noudatetaan.

[THL:n ja Opetus- ja kulttuuriministeriön ohje yleisiin kokoontumisiin ja julkisten tilojen käyttöön](#)  
[Aluehallintoviraston tiedote kokoontumisista ja yleisötilaisuuksista](#)  
[Olympiakomitean ohjeet seuratoimintaan](#)

Jos epäilet koronavirustartuntaa, toimi [THL:n ohjeiden](#) mukaan.

### Ohjeet UniSportin tiloissa liikkumiseen:

- Yhteyshenkilö tai valmentaja, käy alla olevat ohjeet läpi etukäteen koko ryhmän kanssa.
- Joukkueen tai ryhmän yhteyshenkilö, ilmoita liikuntakeskukseen, jos joukkueessasi tai ryhmässasi ilmenee koronavirustartunta.
- **Päivitetty 28.9.2020:** Joukkueen tai seuran yhteyshenkilöllä tulee olla harjoituskohtaisesti osallistujien nimet ja sähköpostiosoitteet tiedossa. Tällä tavoin pyritään saamaan viesti mahdollisesti altistuneille mahdollisimman pian.
- Et voi tulla liikuntakeskukseen, jos sinulla on mitään sairastumiseen viittaavia oireita. Riskiryhmään kuuluvien tai riskiryhmän kanssa samassa taloudessa asuvien tulee käyttää osallistumisessa harkintaa.
- Kaikkien vuorolle osallistuvien tulee huolehtia hyvästä käsihygieniasta ja käyttää henkilökohtaista treenipyyhettä. Oma käsidesi on hyvä olla mukana.
- Jos joudut yskimään tai aivastamaan, yski tai aivasta hihaasi tai paitasi sisään. Jos niistä, käytä käsipaperia ja laita se heti roskiin.
- Kentällä tai salissa saa olla maksimissaan 25 osallistujaa. Monitoimihallien verhoilla rajatut lohkot katsotaan eri kentiksi. Poikkeuksena ovat seuraavien salien maksimimäärät: Otahallin Aaltosali 17, Aavasali 10, Viikin pieni sali 17, Meilahden spinning-sali 28, Kluuvin K3 pienryhmäsali 10 sekä Kluuvin spinning-sali 17 osallistujaa.
- Peleissä tai harjoituksissa on vältettävä osioita, joissa pelaajat joutuvat lähikontaktiin.
- Saavu vuorolle vasta juuri ennen oman pelivuorosi alkua. Varmista, että edellinen peliryhmä on poistunut kentältä. Vuorojen vaihdossa tulee välttää kontaktia. Noudata vuoron päättymisaikaa.
- Vältä pukuhuoneiden käyttöä. Varusteet voit tarvittaessa tuoda kentän laidalle omassa pelikassissa.
- Vältä turhaa oleskelua liikuntatiloissa. Käy mieluiten kotona suihkussa. Saunat eivät ole toistaiseksi käytössä.
- Tehostamme siivousta. Normaalin siivouksen lisäksi henkilökunta tekee liikuntakeskuksissa säännöllisesti siistimiskierroksen.