

Regulamin COVID-19 – Rajdy Nordic Walking

1. Uczestnicy przebywają/poruszają się z zachowaniem 1,5 metrowej odległości.
2. W przypadku nie zachowania minimalnych odległości między uczestnikami obowiązuje nakaz noszenia maseczek ochronnych.
3. Obsługa Biura Rajdu będzie wyposażona w środki ochrony indywidualnej.
4. W Biurze Rajdu, w miejscu wydawania posiłków, w toalecie będzie dostępny płyn dezynfekujący.
5. Biuro Rajdu będzie regularnie dezynfekowane, zwłaszcza powierzchnie dotykowe takie jak stoły, a także wszystkie obszary często używane.
6. Praca Biura Rajdu będzie tak zorganizowana aby zachować bezpieczne odległości między uczestnikami.
7. Wizytę w Biurze Rajdu należy ograniczyć do minimum.
8. Podczas marszu nie jest wymagane noszenie maseczek, trzeba zachować zalecane odległości między uczestnikami.
9. Uczestnicy zachowują obowiązującą odległość od obsługi rajdu.
10. Organizator przygotowuje miejsce izolacji w przypadku wystąpienia podejrzenia zakażenia COVID-19 u uczestnika/organizatora zawodów.

ZALECENIA DLA UCZESTNIKÓW

1. Każdy uczestnik (sportowiec, wolontariusz, osoba obsługująca) powinien regularnie sprawdzać swój stan zdrowia. Osoby, które czują się chore nie powinny uczestniczyć w rajdzie.
2. Uczestnik nie może brać udziału w rajdzie jeśli: 1) występują u niego objawy wskazujące na chorobę zakaźną, 2) jest w trakcie odbywania obowiązkowej izolacji lub kwarantanny, 3) zamieszkuje z osobą, która jest poddana obowiązkowej izolacji lub kwarantannie, 4) w ciągu tygodnia miał kontakt z osobą podejrzaną o zakażenie, zachorowanie lub skierowaną do izolacji.
3. Uczestnik powinien zaopatrzyć się w podstawowy zestaw sanitarny (płyn/żel do dezynfekcji, maseczka ochronna, rękawiczki jednorazowe, woda, chusteczki higieniczne).
4. Uczestnicy rajdu są zobowiązani do stosowania się do obowiązujących norm sanitarnych, szczególnie dotyczących zasad etykiety oddechowej, praktyk w zakresie higieny rąk, dystansu fizycznego.
5. Uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania ustalonych przez organizatora zasad, rozwiązań organizacyjnych bezpiecznego marszu.
6. Uczestnicy nie muszą korzystać z maseczek podczas pokonywania trasy. Maseczki obowiązują w pomieszczeniach.
7. Należy ograniczyć do minimum przebywanie w miejscach zatłoczonych, nie stwarzać sytuacji sprzyjających zakażeniu, zachować bezpieczne odległości od innych osób.