

OHJEITA PELAAJILLE JA VALMENTAJILLE 1.3.2021

1.

Mikäli henkilöllä on flunssan oireita: pelaaminen, valmentaminen ja oleskelu pelipaikalla on kielletty. Tarvittaessa pelaajan tulee hakea lääkäriltä lupa urheilemista varten ennen tenniksen aloittamista.

2.

Emme suosittele riskiryhmiin kuuluvien pelaavan rajoitusten ollessa voimassa – kuitenkin jokainen tekee valinnan pelaamisesta henkilökohtaisella tasolla.

3.

Kenttien/hallien ylläpitäjän tulee varmistaa, että pelaajat ovat tietoisia poikkeustilanteesta johtuvista erikoisjärjestelyistä ja ohjeistusten tulee olla näkyvillä paikoilla. Hallien ja pelaajien vastuulla on, että ohjeistuksia noudatetaan.

4.

Vältä läheisiä kontakteja ja pidä pelikaveriin/pelikavereihin vähintään 2 metrin etäisyys pelitunnin aikana. Pidättäydytään tenniksen normeihin kuuluvista kättelyistä. Sijoita omat pelivarusteet erilleen toisten varusteista. Esimerkiksi kun menet kentälle, sijoitu ja vie tavarasi toiselle puolelle kenttää kuin siellä olevalla ryhmällä.

5.

Eri harjoitusryhmien väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa, jotta pelaajien välillä välttyttäisiin lähikontakteilta.

6.

Suosittellaan välttämään turhaa oleskelua pelipaikalla – paikalle tullaan juuri ennen peliaikaa ja alueelta poistutaan välittömästi pelin jälkeen. Koko ajan pidetään kaikkiin henkilöihin sosiaalinen turvaetäisyys (vähintään 2m) ja muistetaan pelaajan henkilökohtainen vastuu tenniskenttien ohjeistuksen noudattamisesta.

7.

Huolehdi käsien pesusta ennen ja jälkeen pelitunnin. Seurat ja hallit huolehtivat käsidesin riittävydestä pelipaikoilla.

8.

Seurojen on hyvä ylläpitää nimelistaa harjoituksiin osallistuvista mahdollisen altistustilanteen selvittämiseksi

9.

Ohjattuun valmennus- ja harjoitustoimintaan ei pidä osallistua, jos vanhempi tai lapsi kokee tartuntariskin liian suureksi

10.

Käytä ainoastaan omia varusteitasi (esimerkiksi maila ja juomapullo). Seurojen ja hallien ei suositella tarjoavan lainavarusteita.