

KORONA-AJAN

# MUISTITILISTA

Harjoitukseen tullaan vain terveenä

Harjoitukseen ja harjoituksista kädet pestyinä

Käytössä omat välineet

Lähikontakteja harjoituksissa vältetään, huomio etenkin mahdolliset ruuhkatilanteet harjoitusten alussa

Pidetään turvaväli, mieluusti 2 metriä

Yski ja aivasta aina hihaan!

Valmentajan tulee käyttää maskia ja urheilijoiden silloin, kun se on mahdollista.

Huoltajien tulee välttää oleilua harjoitusalueella.

Huoltajien tulee käyttää maskia tuodessa ja nakiessa hiihtäjää harjoituksista

