

Aikuisten yksilöliikuntaharrastusten toteuttaminen Covid-epidemian aikana

16.2.2021

Ohjeistus on voimassa 22.2.2021 alkaen. Ohjeistus koskee ensisijaisesti kuntosaleja ja muita sellaisia liikuntatiloja, joissa harrastetaan yksilölajeja. Ohjeistus ei koske uimahalleja eikä salli tapahtumien järjestämistä.

Varsinais-Suomen alueellinen ohjausryhmä koronaviruksen aiheuttaman infektion (COVID-19) ehkäisemiseksi on linjannut aikuisten harrastustoiminnan rajoituksen koskemaan ryhmäharrastustoimintaa. Ryhmä päätti, että tartuntataudeista vastaavat lääkärit tarkentavat ryhmälle ja edelleen kuntiin tiedotettavaksi reunaehdot, joilla yksilöllistä liikuntaharrastusta voi toteuttaa infektioturvallisesti.

Yksilöllistä liikuntaharrastusta aikuisten **sisäliikuntatiloissa** on Varsinais-Suomessa mahdollista toteuttaa alla mainituilla ehdoilla.

1. Tilassa voi kerrallaan olla enintään 50 % sallitusta henkilömäärästä.
2. Liikuntapaikan tulee tiedottaa asiakkailleen infektioturvallisuusohjeista asiakastiedotteissa sekä itse liikuntapaikassa.
3. Liikuntapaikassa tulee olla käytettävissä käsienpesumahdollisuus sekä riittävästi käsien desinfiointiainetta.
4. Liikuntapaikan tulee huolehtia riittävästä turvaetäisyydestä (väh. kaksi metriä) asiakkaiden välillä kaikkina liikuntapaikan aukioloaikoina.
5. Ryhmässä tapahtuvaa aikuisten (sisä)liikuntaa ei voi toteuttaa.
6. Asiakkaan tulee sitoutua liikuntapaikan antamiin infektioturvallisuusohjeisiin.
7. Asiakkaalla ei saa olla Covid-19 -infektioon viittaavia oireita eikä hän saa olla määrättyä eristykseen tai karanteeniin liikuntaharrastuksen aikana.
8. Asiakkaiden tulee pyyhkiä liikuntalaitteiden kosketuspinnat aina laitteen käytön jälkeen liikuntapaikan antamalla puhdistusaineella ja kertakäyttöisellä paperipyyhkeellä.
9. Asiakkaan tulee käyttää kasvomaskia (kirurgista suunenäsuojusta) tai visiiriä liikuntapaikan yleisissä tiloissa ja pukuhuoneissa lukuun ottamatta suihku- ja

saunatiloja. Kasvomaskin tai visiirin käyttö on suositeltavaa myös liikuntalaitteiden käytön aikana.

Ulkoliikuntapaikat

Ulkoliikuntapaikoilla voi järjestää myös aikuisten, enintään kymmenen henkilön pienryhmätoimintaa, kun huolehditaan vähintään kahden metrin turvaväleistä.

Ulkoliikuntapaikkojen ylläpitäjien tulee tiedottaa asiakkailleen infektioturvallisuusohjeista asiakastiedotteissa sekä itse liikuntapaikassa. Liikuntapaikan tulee huolehtia riittävästä turvaetäisyydestä (väh. kaksi metriä) asiakkaiden välillä kaikkina liikuntapaikan aukioloaikoina. Kirurgisen suunenäsuojuksen käyttö on suositeltavaa, jos turvaväleistä ei voida kaikissa tilanteissa huolehtia. Asiakkaalla ei saa olla Covid-19 -infektioon viittaavia oireita eikä hän saa olla määrättyä eristykseen tai karanteeniin liikuntaharrastuksen aikana.