

Suomen Voimanolliitto noudattaa [Valtioneuvoston](#), [Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen](#), [Sosiaali- ja terveystministeriön](#), [Ulkoministeriön](#) ja [Suomen Olympiakomitean](#) linjauksia koronavirustilanteessa. Seuroissa toteutettavan harraste- ja kilpailutoiminnan osalta tulee huomioida, että [Aluehallintovirastot](#) ovat Tartuntalain mukaisia päätösvaltaisia viranomaisia, joiden [ohjeita ja rajoituksia](#) paikallisesti tulee noudattaa järjestettäessä kilpailutoimintaa.

Liikunnan ja urheilun harrastaminen sekä harjoittelu Covid 19-tilanteessa

Suosittellemme omatoimista liikunnan ja urheilun harrastamista viranomaisten asettamat rajoitteet huomioiden. Jos saat covid19-tartunnan, noudata [THL:n ohjeita](#):

- Älä harjoittele, jos sinulla on hengitystieinfektion oireita. Covid-19-virus voi aiheuttaa sydänlihaskaurion ja keuhkokuumeen. Fyysisen kuormituksen yhteys näiden komplikaatioiden kehittymiseen on vielä tuntematon, mutta mahdollinen.
- Infektiotilanteessa ole yhteydessä omalääkäriisi tilanteen seuraamiseksi ja harjoitteluun palaamisen määrittämiseksi.
- Noudata hyvää käsihygieniaa ennen ja jälkeen harjoituksen sekä puhdista käyttämäsi välineet huolella desinfiointiaineella.

Kansalliset kilpailut ja muu toiminta **sisätiloissa**

Kilpailuja ei järjestetä leviämisvaiheen alueilla*). Leviämisvaiheen ja kiihtyvyyssvaiheen alueilta ei tule matkustaa kilpailuihin oman sairaanhoitopiirin alueen ulkopuolelle. Kilpailutoiminta on muutoin mahdollista huomioiden yleisötilaisuuksista annetut ohjeet koronavirus-tartuntojen ehkäisemisestä.

Alueella tarkoitetaan sairaanhoitopiirin tai sen osan aluetta, joka on määritelty aluehallintoviraston päätöksessä (Täsmennetty 20.7.2021).

Kilpailutilan tulee mahdollistaa henkilömäärän rajaaminen, turvaetäisyydet sekä tehostettu hygienia- ja valmius (käsi- ja pesumahdollisuudet, riittävän käsidesin järjestäminen sekä käytettyjen välineiden tehostettu desinfiointi. Kilpailuissa tulee käyttää kasvomaskia [THL:n maskisuosituksen mukaisesti](#) pl. nostajat kilpailunostoissa, kuuluttaja ja päätuomari, joista kahden jälkimmäisen osalta tulee kiinnittää huomiota turvaetäisyyksiin.

Kaikkien mukana olevien henkilöiden on oltava terveitä eikä mahdollisia hengitystieinfektio-oireisia saa päästää tilaan, missä kilpailut järjestetään. Riskiryhmiin kuuluvien osalta on suositeltavaa, että he välttävät osallistumista kilpailutoimintaan.

Tilaisuuden järjestäjä vastaa osallistujien yhteystietojen keräämisestä mahdollisen koronavirustartunnan tai sille altistumisen jäljittämistä varten kilpailupaikan rajatuissa eri tiloissa (kilpailutila, lämmittelytila, punnitus, pukutilat, katsomo). Tiedot tulee hävittää heti, kun tilaisuuden järjestämisestä on kulunut 14 vuorokautta ja viimeistään kuukauden kuluttua tilaisuuden järjestämisestä.

Kilpailujen järjestämisessä tulee huomioida [OKM:n ja THL:n ohje 31.5.2021](#) sekä [Aluehallintoviraston ja kuntien päätökset kokoontumisrajoituksista](#).

SM-kilpailut

Lähtökohtaisesti Suomen mestaruuskilpailut, jotka ovat huippu-urheilua järjestetään noudattaen [tartuntatautiin torjuntasuunnitelmaa](#), jota päivitetään paikallisviranomaisten ohjauksen mukaisesti kilpailukohtaisesti.

Kansainväliseen kilpailutoimintaan osallistuminen

Liitto varautuu maajoukkuetoiminnan käynnistämiseen lokakuun alusta lukien. Kunkin lähetettävän maajoukkueen osalta liitto harkitsee erikseen mahdollisuudet joukkueen lähettämiseen huomioiden terveysturvallisuuden, vaaditut karanteenit, rokotuskattavuuden jne.

Liitto varautuu yhdessä Etelä-Suomen Voimanostajien kanssa järjestämään Pornaisissa Nuorten PM-kilpailut edellyttäen, että NPF näin päättää 24.6.2021 pidettävässä kokouksessa.

v. 8.6.2021