

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

Liikunnan ja urheilun harrastaminen sekä harjoittelu Covid 19-tilanteessa

Liikuntaa ja urheilua harrastettaessa tulee huomioida viranomaisten asettamat rajoitteet. 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 kaikissa koronaepidemian vaiheissa (perustaso, kiihtymisvaihe, leviämisvaihe)

Kilpailuihin osallistutaan vain terveinä ja vain välttämättömät henkilöt mukana ollen – valmentajat, toimihenkilöt ja välttämättömät huoltajat.

Kilpailutilan tulee mahdollistaa henkilömäärän rajaaminen, turvaetäisyydet sekä tehostettu hygieniavalmius (käsienspesumahdollisuudet, riittävän käsidesin järjestäminen sekä käytettyjen välineiden tehostettu desinfiointi. Kilpailuissa **on käytettävä** 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

Suomen mestaruuskilpailut, jotka ovat huippu-urheilua järjestetään noudattaen [tartuntatautien torjuntasuunnitelmaa](#), jota päivitetään paikallisviranomaisten ohjauksen mukaisesti kilpailukohtaisesti. Lisäksi noudatetaan [Suomen Olympiakomitean ohjeistusta](#) huippu-urheilun osalta.

Kansainväliseen kilpailutoimintaan osallistuminen

Liitto harkitsee erikseen mahdollisuudet joukkueiden lähettämiseen huomioiden terveysturvallisuuden, vaaditut karanteenit, rokotuskattavuuden, viranomaisten suositukset jne.

Liitto järjestää yhdessä Etelä-Suomen Voimanolitajien kanssa Pornaisissa Nuorten PM-kilpailut edellyttäen, että paikalliset rajoitustoimet viranomaisten taholta eivät tätä estä.