

## Sotkamon liikuntapalvelut tarkentavat omia ohjeitaan

Urheiluharrastuksissa korostetaan lasten liikuntamahdollisuuksien turvaamista. Tämä tarkoittaa vanhempien osallistumisen minimoimista ja kontaktien vähentämistä harrastustoimintaan liittyen. Aikuisten harrasteporukoiden sijaan suositellaan vaihtoehtoisten yksilölajien lajien harjoittamista (esimerkiksi jääkiekon sijaan maastopyöräilyä jne.). Aikuisten harrastetoimintaa voidaan jatkaa silloin, kun turvavälit pystytään varmistamaan. Aikuisten kilpaurheilutoiminta jatkuu jo aiemmin voimassaolleilla lajiliittojen antamilla ohjeistuksilla.

- Jää- ja urheiluhallit, uimahallit ja kuntosalit ovat avoinna noudattaen kokoontumis- ja tapahtumarajoituksia. Epidemian kiihtymisvaiheessa otteluita voi järjestää yleisölle avoimena, kun katsomossa noudatetaan yleisiä ohjeita ja katsomokapasiteetti on vähennetty puoleen.
- Urheilukilpailuja, otteluita, turnauksia yms. voi järjestää, mikäli tosiasiallisesti voidaan noudattaa lähikontakteja vähentäviä ohjeita. Esimerkiksi lähilajeissa (tanssi, kamppailu-urheilu jne.) tulee harjoitella vain saman parin kanssa.
- Sotkamon kuntosali pidetään avoinna noudattaen kokoontumis- ja tapahtumarajoituksia. Tilassa voi olla korkeintaan 10 henkilöä yhtäaikaisesti. Noudattamalla henkilörajoituksia turvataan kuntosalin aukiolo.
- Sotkamon kunnan kiinteistöissä tapahtuvat aikuisten höntsäliikuntavuorot tulee rajata henkilömäärältään 10 henkilöön. Järjestelyissä tulee huolehtia tosiasiallisesti turvaetäisyyksistä.
- Seurojen ja järjestöjen pyydetään huomioimaan toiminnan suunnittelussa joukkueiden/ryhmien mahdollisimman vähäiset kohtaamiset. Suositellaan että harrastajilla on omat varusteet ja välineet. Suositellaan välttämään tarpeetonta oleskelua liikuntatiloissa esimerkiksi siten, että saavutaan liikuntapaikoille valmiissa liikuntavarusteissa ja vältetään suihkujen ja pukuhuoneiden käyttöä liikuntatiloissa. Huoltajien suositellaan välttämään lasten ja nuorten harrastetiloissa olemista.

Lisätietoja:

Ossi Pulkkinen

[ossi.pulkkinen@sotkamo.fi](mailto:ossi.pulkkinen@sotkamo.fi)

0447502121

Mika Kilpeläinen

[mika.kilpelainen@sotkamo.fi](mailto:mika.kilpelainen@sotkamo.fi)

044 750 2111