

Suunnitelma harjoittelijoiden välisen lähikontaktin aiheuttaman tartuntatautiriskin estämiseksi Lohjan Moo Do ry:n toiminnassa

Etelä-Suomen Aluehallintovirasto on tehnyt uusia rajoituspäätöksiä, jotka ovat Lohjalla voimassa 4.12.-31.12.2021.

Lohjan Moo Do toimii Lohjan Liikuntakeskus Oy:n hallinnoimissa tiloissa ja linjaa toimintansa rajoituspäätöksen mukaiseksi sekä yhteneväiseksi liikuntakeskuksen kanssa.

Lohjan Liikuntakeskus – Liikutaan turvallisesti!

<https://www.lohjanliikuntakeskus.fi/liikutaan-turvallisesti/>

Lohjan Moo Do ry edellyttää koronapassia harjoituksiin osallistuvilta yli 16-vuotiailta harjoittelijoilta.

Tämä koskee kaikkia kolmea lajiharjoittelua: Han Moo Do, Hoi Jeon Hapkido sekä Jang Su.

Lisäksi voimassa on aiemmat hygieniaa ja turvallista harjoittelua koskevat ohjeet:

- Sairaana tai toipilaana ei tule treenata tai tulla salille edes seuraamaan. Sairaana levätään kotona. Tämä koskee niin harrastajia kuin vetäjiäkin! Harrastajan tulee olla täysin oireeton, lieviäkään oireita ei saa olla.
- Jos treeneissä kuitenkin yskityttää ja pärskityttää, niin käänny treeniparistasi poispäin ja aivasta ja yski hihaan tai mielellään paperiin. Kädet saa käydä pesemässä kesken harjoitustenkin.
- Hyvä treenihygienia on tärkeää aina ihan yleisestikin. Pese jalat ja kädet (saippualla) salille TULLESSA ja sieltä LÄHTIESSÄ (jalkojen pesumahdollisuus löytyy pukuhuoneista), sekä pidä treenivarusteesi puhtaana pesemällä ne säännöllisesti.
- Jos olet matkustellut tai olet ollut kontaktissa sairastuneen/flunssaisen kanssa pidä tauko harjoituksiin osallistumisessa (THL ohjeistuksen mukaan tai viranomaisten/lääkärin määrittelemän ajan).
- Maskin käyttö aina THL:n sekä Lohjan Liikuntakeskuksen vallitsevan ohjeistuksen mukaisesti.
- Tartuntatautilain pykälässä 58 c säädetyt hygieniavaatimukset

Lohjan Moo Do ry
Lohjalla 4.12.2021

www.lohjanmoodo.fi

info@lohjanmoodo.fi