

SPROSTITEV UKREPOV ZA ŠPORT V ZAPRTIH PROSTORIH

PRIPOROČILA TWIRLING ZVEZE SLOVENIJE ZA IZVAJANJE TRENINGOV V TELOVADNICAH IN ŠPORTNIH DVORANAH

Pri izvajanju športnih aktivnosti je potrebno upoštevati vsa navodila ministrstva, pristojnega za zdravje, in Nacionalnega inštituta za javno zdravje za preprečevanje okužbe z virusom SARS-CoV-2, ki so objavljena na spletni strani ministrstva, pristojnega za zdravje (<https://www.nijz.si/sl/sproscanje-ukrepov-covid-19>).

- Pred vstopom v dvorano, pred začetkom in po koncu treninga, si je potrebno obvezno umiti ali razkužiti roke.
- Športniki naj na trening pridejo ustrezno oblečeni. V primeru uporabe sanitarij se naj le-te uporabljajo posamično.
- Skupaj lahko trenirajo le športniki, ki ne kažejo znakov okužbe s COVID-19.
- Športniki si naj ne delijo ničesar, vsak mora imeti svojo pijačo in druge pripomočke. S sabo naj prinesejo le opremo, ki jo nujno potrebujejo za trening.
- Športniki naj se v dvorani zadržujejo samo med treningom, po koncu naj dvorano takoj zapustijo.
- Pred začetkom vadbe in po koncu se naj rekvizit (twirling palica) razkuži.

Registriranim športnikom in strokovnim delavcem v športu za izvajanje organizirane vadbe se svetuje, da upoštevajo priporočila, ki sicer veljajo za zmanjšanje prenosa povzročiteljev nalezljivih bolezni:

- ne hodijo na vadbe, če živijo z osebo s potrjeno boleznijo COVID-19, ali jim je bila zaradi tesnega stika z bolnikom s COVID-19 (doma ali druge) odrejena karantena;
- ne hodijo na vadbe, če imajo znake akutne okužbe dihal (npr. izcedek iz nosu, kihanje, kašljanje, bolečine v žrelu, povišana telesna temperatura, bolečine v mišicah ...);
- ne hodijo na vadbe, če živijo z osebo s potrjeno boleznijo COVID-19, ali jim je bila zaradi tesnega stika z bolnikom s COVID-19 (doma ali druge) odrejena karantena;
- skrbijo za ustrezno in redno higieno rok ter higieno kašlja;
- se izogibajo osebam, ki kažejo znake okužbe dihal.