



Anvisningar till VIS-are angående läget med coronaviruset

Regeringen och myndigheterna har sedan 12 mars infört allt strängare restriktioner för att förhindra en snabb spridning av coronaviruset. VIS följer givetvis myndigheternas restriktioner och rekommendationer, eftersom det är vår gemensamma skyldighet att öka tryggheten och skydda de personer i samhället som är mest utsatta för viruset. Vasa sjukvårdsdistrikt har också rekommenderat att man avhåller sig från all föreningsverksamhet under mars.

Föreningen har redan iniberat en tävling som skulle ordnas 15 mars, och ställt in friidrottsskolans alla träningar under vecka 11. För fortsättningen vecka 12 (från 16 mars) framåt, gäller följande:

Friidrott

- **Friidrottsskolan**, det vill säga grupperna F/P 6–7, F/P 8–9, F/P 10–11 och F/P 12–13 har inga ledda träningar fram till **31.3**. Då bedöms läget på nytt utgående från de rekommendationer som då är gällande.
- Även om föreningen inte nu ordnar ledda gruppträningar för 13-åringar och yngre, betonar vi att föräldrarna gärna får ta initiativ till individuell träning hemma eller utomhus med sina friska barn!
- **Team1VIS**: tränarna för 15-årsgruppen och de tränare som ansvarar för de äldre ungdomarna i åldern 16–19 är i ständig kontakt med idrottarna, och informerar om trygga träningspass. Fram till **31.3** undviker också ungdomarna och senioridrottarna träning i stora grupper inomhus. Efter det bedöms läget på nytt i ljuset av de rekommendationer som då är gällande.

Cykling

- Innesäsongen i Botniahallen är avslutad, liksom också spinning i Wasa Sports Club.
- Träning utomhus prioriteras, individuellt eller i mindre grupper.

Bowling

- Enligt Bowlingförbundets rekommendationer ordnas inga klubbträningar med deltagare från andra orter än Vasa.
- I övrigt iakttar bowlarna all den försiktighet som myndigheterna kräver.

Kraftsport

- Träning sker hemma eller i trygga miljöer.
- I övrigt iakttar föreningens styrkelyftare all den försiktighet som myndigheterna kräver.

Motion-Späckhuggarna

- Inga gemensamma träningar fram till 31.3, därefter utvärderas läget på nytt.

Fortsättningsvis bör alla VIS-are iaktta följande försiktighetsåtgärder:

- Om du återvänder från ett område där Corona-viruset förekommer, ska du inte delta i träning eller tävling under 14 dagar från hemkomsten.
- Om du har influensasymptom eller känner dig sjuk, deltar du inte i träning eller tävling.
- Var väldigt noggrann med din handhygien, tvätta händerna före och efter träning! Om du under träning rör redskap som också andra idrottare rör (skivstänger, kulor, diskusar, bowlingklot, osv), kan det också vara skäl att tvätta händerna under träningen.
- Om du behöver nysa, nys i ärmen, inte på händerna!

I övrigt följer ni myndigheternas rekommendationer och anvisningar:

<https://thl.fi/sv/web/infektionssjukdomar/aktuellt/aktuellt-om-coronaviruset-covid-19>

<https://thl.fi/fi/web/infektioaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19>

Tom Gullberg

Föreningens ordförande