

COVID-19 Ogólne zasady bezpieczeństwa

1. Zawodnik nie może brać udziału w zawodach, jeśli:
 - występują u niego objawy wskazujące na chorobę zakaźną;
 - jest w trakcie odbywania obowiązującej izolacji lub kwarantanny;
 - zamieszkuje z osobą, która jest poddana obowiązującej izolacji lub kwarantannie,
 - w ciągu tygodnia miał kontakt z osobą podejrzaną o zakażenie, zachorowanie lub skierowaną do izolacji;
2. Przed wejściem na ośrodek sportowy każda osoba jest zobowiązana mieć maseczkę na twarzy oraz zdezynfekowania rąk;
3. Utrzymywać bezpieczną odległość na min 1 metr od siebie (nie dotyczy osób niepełnosprawnych potrzebujących pomocy w poruszaniu się);
4. Nie dzielić się picciem ani jedzeniem z innymi osobami;
5. Używać tylko i wyłącznie swojego ręcznika;
6. Jeśli chce Ci się kichać a nie masz chusteczki, zasłoń usta swoim łokciem;
7. Po wydmuchaniu nosa, natychmiast wyrzucić zużytą chusteczkę do kosza następnie nie zapomnij zdezynfekować rąk;
8. Zawodnicy są zobowiązani zdezynfekować ręce oraz założyć maseczkę przed linią startu;
9. Należy zachować wymagane bezpieczne odległości pomiędzy zawodnikami w oczekiwaniu na start, szczytywanie pomiaru czasu;
10. Każdy zawodnik po ukończeniu trasy osobiście ściąga swój numer startowy i dezynfekuje ręce;

Oświadczam, że przeczytałem zrozumiałem oraz zgadzam się z powyższymi punktami. Oraz zobowiązuje się do przestrzegania w/w zasad podczas trwania zawodów sportowych

Imię i nazwisko Podpis Data