

Spydebergrennet 2022

Smittevernregler/hensyn



Rennet vil bli gjennomført med nødvendige smitteverntiltak etter gjeldende nasjonale og lokale regler, samt Skiforbundets koronaveileder og arrangementsveileder for langrenn.

Husk at følgende grunnleggende smittevernråd alltid må følges:

- 1) Hvis du er syk eller har symptomer; hold deg hjemme og test deg!!!
- 2) Ingen i karantene skal være til stede på Spydeberg Skiarena
- 3) Hold avstand til andre
- 4) Oppretthold god hånd- og hostehygiene
- 5) Benytt munnbind innendørs og i områder utendørs hvor du er i nærheten av andre (under 1 meter)

Med hensyn til smittesporing trenger ikke utøverne registrere seg ut over selve påmeldingen til rennet, men foresatte, ledsagere og øvrig støtteapparat må registrere seg via QR-kode som finnes i eget dokument (vedlegg) på disse sidene (Spydebergrennet 2022) pga. smittesporing.