



Program Midtjyske Mesterskaber den 4. oktober 2020.

DGI samt SAK 77 indbyder til

Midtjyske Mesterskaber den 4. oktober 2020 kl. 11.00

for årgang op til 13 år

Intet er desværre som det plejer.

Covid-19 giver udfordringer for os alle sammen, hvor vi som arrangører skal overholde de udstukne retningsregler, og vi alle sammen skal passe rigtig godt på os selv og ikke mindst hinanden.

Vi skal derfor opfordre til, at vi alle sammen er opmærksomme på den anbefalinger, som vi giver herunder, og positivt respektere dem, så vi alle får en fantastisk atletik-søndag.

Covid-19 anbefalinger til atleter, trænere og tilskuere:

- **Alle bedes medbringe egen håndsprit**, og bruge det flittigt undervejs, når man rører på rækværk, håndtag og andre kontaktpunkter.
- Kasterne opfordres til at medbringe egne redskaber. Husk at spritte af før og efter, hvis du låner andres redskaber.
- Alle bedes være omklædt hjemmefra.
- Strækningen foran "tribunen" bør man forholdsvis bruge til at gå frem og tilbage. I bedes i stedet sætte jer på "tribunen" (tag noget varmt med til at sidde på)
- Når man sidder på "tribunen" bedes man holde min. 1 meters afstand.
- Har man høj puls bør afstanden være 2 meter.
- Man bør undlade fysisk kontakt som kram, håndtryk og high-five.
- Kun officials og atleter i konkurrence må være på inderkredsen. Alle andre skal blive uden for rækværket.
- Ved vil bede om, at kun en forældre er med ved præmieoverrækkelse, og at der også der holdes god afstand.
- Er man det mindste syg, så skal man blive hjemme.
- Bliver man dårlig på stadion, skal stadion straks forlades.
- Hoster eller nyser man, skal det ske i sit ærme og væk fra andre.
- Vi håber på Jeres forståelse og hjælp til at passe på os alle sammen.

Arrangører ift. Covid-19

- Alle officials der håndterer redskaber skal bære handsker, så de ikke berører redskaberne.
- Ved præmieoverrækkelsen må der ikke være kram eller håndtryk. Medaljen overrækkes i hånden.
- Der vil være en lille bod, hvor der kan købes kaffe, the, sodavand, kage m.m. Der kan kun betales med MobilPay.
- Der er kun adgang for officials i pavillonen.

Omklædning og toiletter

- Der er toiletter i omklædningsbygningen, der ligger i volden bag pavillonen.
- Toiletterne vil løbende blive gjort rene.
- Omklædningsrummene/badefaciliteterne må ikke benyttes. Klæd om hjemmefra.

Opvarmning

- Da der kun er adgang for officials og atleter i konkurrence, skal opvarmning ske uden for rækværket.
- Der er mulighed på græsarealet ved kastegården ved indgangen til stadion.
- Der er også en grussti hele vejen uden om stadion.

Tidsskema

- På grund af, at vi ikke er så mange deltagere i år, har vi forsøgt at lave tidsskemaet, så det er muligt at deltage i alle de øvelser man ønsker. Dog opfordres til, at man max. deltager i 5 øvelser,
- Husk at løbeøvelser altid går forud for andre øvelser.
- Der er 3 forsøg i alle kast og spring.
- Når man har afsluttet sin øvelse forlades inderkredsen igen.

Trænere og tilskuere

- Trænere og tilskuere er velkomne, men har ingen adgang til inderkredsen.
- Man er velkommen til at gå rundt, men stopper man, skal man sætte sig ned.
- Man må ikke opholde sig ved rækværket, hvis man skal coache længdespring. Sæt Jer på skråningen i stedet.

Præmieoverrækkelse

- Præmieoverrækkelsen vil ske uden for rækværket ved indgangen til stadion.
- Præmieoverrækkelsen vil ske umiddelbart efter sidste stafet er afviklet.
- Der er medaljer til alle vindere af 3-kampen i alle aldersgrupper.
- Nåle og diplomer skal klubberne selv sørge for.

Vi håber meget, at det er sidste gang, at vi skal tage alle disse forholdsregler, for at kunne afvikle et atletikstævne.

Så fremt I har spørgsmål til arrangementet, så en mail til pm@sak77.dk eller ring til Per Mortensen på tlf. 23607721.