

Retningslinjer smittevern

HOVUDREGEL

- **Hald avstand – minimum 1 meter der det er mogleg (under konkurransen vil det gjerne oppstå situasjonar der dette ikkje er mogleg, men ver bevisst).**
- **Bli heime om du har symptom på smitte.**
- **Kom – delta – reis.**

Vi ønsker å bidra til trygge aktivitetar og konkurransar. Våre retningslinjer gjeld for arrangørar, deltakarar og andre som er involverte i «Geiranger frå fjord til fjell» 2021

Grunnleggande om kohortar

Arrangøren ser på deltakarane i dei ulike delane av arrangementet som eigne kohortar:

- Nibbemarsjen og Nibberittet trim 21 km Start kl. 10.00
- Nibbeløpet Mini / Flydalsjuvet Start kl. 10.50
- Nibbemarsjen 5 og Nibberittet trim 5 km (frå Djupvasshytta). Avreise sentrum kl. 11.10
- Nibbeløpet 21 Start kl. 11.15
- Nibberittet 21 Start kl. 12.00

I startområdet baserer ein seg på at ein kohort er ute av området før den neste startar. Kvar kohort overstig ikkje 200 personar.

Oversikt involverte

- Deltakarar som har med støttepersonell MÅ ha oversikt over desse ([hugse kven](#) fram til 14 dagar etter arrangementet).
- Så langt mogleg oppmodar ein til minst mogleg publikum utanom dei som er direkte involverte i arrangementet.

Utdeling av startnummer og påmelding

- Dei som hentar startnummer vert oppmoda til å nytte munnbind og handsprit.
- Hald minimum 1 meter avstand i startområdet. Unngå fysisk kontakt. Gjeld både mellom arrangørar og deltakarar, og i køa for henting av startnummer.
- Vi ber om at alle melder seg på på [eqtiming.no](#), og ikkje melder seg på i sekretariatet. På [eqtiming.no](#) kan du også betale og du vil få tildelt startnummer, som du så hentar i sekretariatet. Påmelding [sykkeldistanser](#) og [løps/marsjdistanser](#).

Levering og henting av bagasje

- SKRIV STARTNUMMER OG EV. NAMN **TYDELEG** PÅ BAGASJELAPP
- Bagasjen vert plassert ute på toppen av Dalsnibba sortert på startnummer. Lempis/sjåfør er behjelpeleg med å finne bagasje. Unngå i størst mogleg grad å ta i bagasje som ikkje er din.

I startfelta

- Dei antatt beste vert oppmoda om å stille fremst. Deretter bakover etter antatt prestasjonsnivå. Prøv også her å halde 1 meters avstand.

Drikkestasjonar

- Det vert like mange drikkestasjonar som i tidlegare arrangement. MEN: deltakarane må sjølve ta drikkebegera frå bord på stasjonane. Inga fysisk kontakt!
- Syklistar vert oppmoda til å ta med drikkeflasker på sykkelen.
- Det vert ikkje opna for langing frå støttepersonell pga. trafikktryggleik

Transport av deltakarar – retur frå Dalsnibba

- Alle i Nibberittet må sykle ned att frå Dalsnibba. Hugs å få sendt opp nok ekstra klede – tjukke hanskar og skotrekk! Der vil vere ei transportløyising i «krisetilfelle».
- Løparar og marsjdeltakarar som skal sitje på med buss, SKAL bruke munnbind i bussen (vert utdelt ved påstigning) og handsprit vert tilgjengelig ved påstigning.

Startlister og resultatlister

- Startlister og resultatlister vil ikkje bli slått opp på papir, men vert å finne digitalt. Dette for å unngå samanstimling av folk. Lister med gåvepremiar vert slått opp på papir ved vy-garasjen. Vi minner her om at deltakarar og publikum må unngå å stå tett. Hugs minst 1 meters avstand.

Premieutdeling

- Deltakarmedaljar vert lagt ut på bord etter målgang på Dalsnibba. Deltakarane må sjølve hente sin medalje.
- For å unngå samanstimling av folk, vert det IKKJE felles premieutdeling i sentrum i år. Deltakarane kan hente premiar (inkl. gåvepremiar) straks offisielle resultatlister er klare. Utdeling skjer i VY-garasjen (same som utdeling av startnummer /sekretariat).

Dusj / ombyte

Av smittevernomsyn vert det ikkje tilgang på felles garderober for dusj og ombyte.

Smittevernansvarleg

Merete Løvoll Rønneberg (Eidsdal IL) og Tove Gjerde (Geiranger IL) står som smittevernansvarlege i dette arrangementet.