NAVODILA ZA IZVEDBO TRENAŽNEGA PROCESA V ŠPORTNI PANOGI KAJAK KANU

PREDLOG

V nadaljevanju vam posredujemo predlog priporočil upravljalcem kajakaških poligonov in urejenih površin v naravi, ki se uporabljajo za izvajanje trenažnega procesa ter rekreacije v športni panogi kajak kanu, ki je bil preko OKS-ZŠZ posredovan v presojo NIJZ. Priporočila vsebujejo tudi navodila za športnike in ostale sodelujoče v trenažnem procesu.

Priporočamo, da trenažni proces poteka v skladu s spodnjim navodili, zato vse klube pozivamo, da vzpostavijo priporočene pogoje za izvedbo.

Priporočila veljajo do preklica.

Za vse udeležence trenažnega procesa, športnike, rekreativce in trenerje velja, da morajo upoštevati naslednja priporočila:

-  vse ukrepe za zaščito pred okužbo z novim koronavirusom:

https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2019,

-  udeleženci morajo biti zdravi - brez znakov okužbe dihal,

-  vsi udeleženci si morajo pogosto umivati ali razkuževat roke,

-  upoštevati je potrebno higieno kihanja in kašljanja,

-  ne dotikajte se obraza, zlasti ne ust, nosu in oči, preden so roke umite ali razkužene,

-  zagotavljajte najmanj dva metra razdalje med osebami

Določila za upravljalce kajakaških poligonov

- ukrepi morajo biti izobešeni na vidnem mestu ob vstopu na poligon oziroma ob dostopih na vodo na urejenih površinah, ki se uporabljajo za izvedbo kajakaških programov

- garderobe in skupni prostori morajo biti zaklenjeni in jih športniki ne smejo uporabljati.

- sanitarije naj bodo le izjemoma odprte. Uporaba sanitarij je dovoljena v primeru, da upravljalec lahko zagotovi ustrezno čiščenje in razkuževanje prostorov ter stalno zračenje. V nasprotnem primeru je dostop do sanitarij onemogočen.

- dovoljena je le uporaba osebne kajakaške opreme

- športniki lahko veslajo le v enosedežnih čolnih. Veslanje v ekipnih čolnih (dvosedih, večsedežnih čolnih) ni dovoljeno.

- na poligonu je potrebno zagotovit urnik vadbe. V času vadbene ure je lahko na poligonu največ 10 udeležencev.

- športniki se ne smejo zadrževat v protitokovih, kjer je težko zagotavljat primerno oddaljenost med posamezniki

- za nadzor nad upoštevanjem navodil med trenažnim procesom je zadolžen trener, v primeru, da v času vadbene enote na poligonu ni trenerja pa je za nadzor zadolžen upravljalec poligona

- upravljalec poligona na mestih dostopa na vodo zagotovi možnost razkuževanja rok

Priporočila za športnike in udeležence programov

- če imate znake akutne okužbe dihal, ostanite doma.

- veslanje je dovoljeno le v enosedežnih čolnih

-držite se priporočene oddaljenosti od osebja upravljalca poligona in sledite njihovim navodilom.

-vzdržujte najmanj dva metra oddaljenosti od drugih kajakašev/ kanuistov tako na poligonih kot na drugih, odprtih vodnih površinah

- ne zadržujte se v protitokovih, kjer je težko zagotavljat primerno oddaljenost med posamezniki

- na vodo dostopajte posamezno na način, da zagotovite najmanj dva metra oddaljenosti od drugih oseb

- preden zapustite prostor dostopa na vodo in začnete z veslanjem si razkužite roke

Kajakaška zveza Slovenije

Andrej Jelenc

direktor