

23.4.2021

Huom. Tiedotteen tuoreimmat päivitykset on merkitty punaisella värillä.

Koronatilanteen vaikutus harjoitteluun

Satakunnan alueellinen tartuntatautien torjunnan työryhmä (ATTR) on todennut Satakunnan jatkavan koronan kiihtymisvaiheessa. Osa suosituksista on edelleen jatkettu, koska tilanne voi nopeasti muuttua taas huonompaan suuntaan.

Kankaanpään kaupunki sulki suositusten mukaan kaupungin julkiset tilat yleisöltä. Liikuntatilat ovat kuitenkin rajoitetusti avoinna alle 20 -vuotiaiden lasten ja nuorten harrastustoimintaan sekä ATTR:n erikseen määrittelemään harjoittelutoimintaan kuten SM -tason harjoitteluun, johon rinnastetaan myös Majuttarien ykköspesistason harjoittelu. Ulkoliikuntapaikat ovat avoinna edellä mainitun toiminnan lisäksi omaehtoista liikkumista varten.

Liikuntakeskuksen ovet pidetään lukittuina, joten ryhmien tulee saapua vetäjän johdolla kootusti sisään. Liikuntakeskuksen henkilöstö valvoo rajoitusten noudattamista liikuntakeskuksen tiloissa. Liikuntakeskuksen ja muiden kaupungin tilojen lisäksi käytössämme ovat Move -areenan vakiovuorot sekä Mailajunioreiden oma talviharjoitteluhalli, joissa noudatamme myös alueen ohjeistuksia. Sataedun liikuntasali ei toistaiseksi ole käytössämme Sataedun omien rajoitusten vuoksi. Koska tartuntariski ulkona on huomattavasti pienempi kuin sisällä, suositellaan harjoitusten järjestämistä ulkona.

ATTR suosittelee, että aikuisten harrastustoiminta sisätiloissa pidetään keskeytettynä koko Satakunnassa edelleen ainakin 16.5.2021 asti. Aikuisten ryhmäharrastukset sallitaan 26.4.2021 alkaen ulkotiloissa, lähikontakteja välttäen.

13–20 -vuotiaiden harrastustoiminta päästiin aloittamaan uudelleen 19.4.2021 alkaen. Suositellaan kuitenkin, että toimintaa järjestetään vain oman joukkueen kesken. **Ryhmän henkilömäärää ei ole rajattu ulkotiloissa, mutta sisätiloissa ryhmän koko saa olla korkeintaan 10 henkilöä. Sisätiloissa tulee edelleen välttää lähikontakteja.** Ottelu- ja kilpailutoiminta pidetään keskeytettynä.

Alle 12-vuotiaiden toiminnassa myös lähikontaktia sisältävät harjoitteet ovat sallittuja, eikä ryhmäkoko ole rajoitettu. ATTR suosittelee, että ottelu- ja kilpailutoimintaa ei järjestetä.

Edellä mainitut suositukset ovat voimassa **9.5.2021** asti.

Suositus harrastustoiminnasta ei koske SM-tason kilpailu- ja harjoittelutoimintaa, johon rinnastetaan myös Majuttarien ykköspesistason toiminta.

ATTR suosittelee vakavasti suu-nenäsuojuksen laajaa käyttöä kaikille yli 12-vuotiaille tilanteissa, joissa turvaväliä ei pystytä säilyttämään. Lisäksi PoSan ylilääkäri suosittelee kaikille käytettäväksi ns. kirurgisia maskeja. Kangasmaskeja ei enää suositella käytettäväksi. Kasvomaskin käytössä huomioidaan siihen liittyvät THL:n [ohjeet](#).

Harrastustoimintaan kokoontuvat vain tarvittavat henkilöt: osallistujat, valmentajat ja toimihenkilöt. Jokaisella harrastuskerralla kirjataan ylös kaikki läsnä olleet. Valmentajat ja toimihenkilöt käyttävät kasvomaskia sisätiloissa harrastustoiminnan aikana kaikissa tilanteissa. Harrastustoimintaan osallistuvat

23.4.2021

menevät harrastustilaan vasta, kun edelliset osallistujat ovat lopettaneet oman harrastustoimintansa ja poistuneet tilasta. Oman harrastustoiminnan alkamista ei mennä siis odottamaan harrastustilaan. Harjoitusvuorojen väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa. Puku- ja pesuhuonetiloja käytetään vain välttämättömissä tilanteissa. Harrastukseen saattaja, kuten vanhempi, ei saa tulla sisätiloihin, ja saattajan tulee myös käyttää maskia.

Käsihygieniaan kiinnitetään erityistä huomiota. Kädet pestään huolellisesti ennen ja jälkeen harrastustoiminnan. Käsidesiä on oltava saatavilla harrastustoiminnan aikana. Yhteiset harjoitusvälineet tulee puhdistaa ennen ja jälkeen harjoitusten. Suositaan omia harjoitusvälineitä ja käytetään vain omaa juomapulloa ja pyyhettä.

Muistetaan, että harjoituksiin ei tule osallistua, jos on pieniäkään sairauden oireita kuten: yskä, hengenahdistus, kurkkukipu, lihaskivut, kuume, (poikkeava nuha), (pänsärky) ja (ripuli/oksentaminen), (haju-/makuaiistin muutokset). Jää kotiin, jos tunnet itsesi vähänkin sairaaksi. Ilmoita poissaoloista hyvissä ajoin myös valmentajillesi. Huomioithan, että lievästikin sairaana on hakeuduttava testiin, ja testitulosta odottaessa on pysyttävä kotona. Muistutetaan lapsia ja nuoria [hygieniaohjeista](#).

Joukkueet linjaavat itse kustantavatko he maskit valmentajille ja käsidesit joukkueen käyttöön, vai hankkiiko jokainen itse omansa. Joukkueet tiedottavat omissa ryhmissään tarkemmat ohjeet oman joukkueen harjoitustoimintaa koskien.

Pohjois-Satakunnan alueella seuraava tilannekatsaus tehdään perjantaina **30.4.2021**. Urheiluseurana myös terveys on meille äärimmäisen tärkeää, ja tällä hetkellä koronaviruksen leviämisen ehkäisemiseksi asetettujen linjausten noudattaminen on ensisijaisen tärkeää yhteisömme hyvinvoinnin varmistamiseksi. Seuraamme tilannetta ja pidämme seuraväen ajan tasalla muutoksista.

Mikäli valmentajat kokevat tarvitsevänsä apua esim. omatoimitreenien suunnittelussa tai muissa valmennukseen liittyvissä asioissa, Jenna auttaa mielellään jenna.viitanen@mailajuniorit.fi.

Lisätietoa ja ajantasaiset ohjeistukset, suositukset ja määräykset koronavirusepidemiasta [Valtioneuvoston](#), [THL:n](#) ja [AVI:n](#) sivuilla. Alueelliset suositukset löydät [Satasairaalan](#), sekä [Kankaanpään kaupungin](#) sivuilta. Noudatamme toiminnassamme myös [Pesäpalloliiton](#) antamia suosituksia.

Lisätiedot

Mailajuniorit ry
Puheenjohtaja Sanna Löytökorpi
sanna.loytokorpi@mailajuniorit.fi

**Suojaa itseäsi
ja läheisiäsi
koronavirukselta.**

