

# Norgescup – Molde 31.oktober-1.november

## Praktisk info til utøver

Smittesituasjonen i Norge har forverret seg de siste ukene og myndighetene presenterte derfor nye nasjonale koronatiltak på mandag. Idretten er heldigvis ikke berørt av de nye tiltakene.

Det påmeldte nærmere 80 deltakere i norgescup i led i Molde førstkommande helg. Moldeveggen har maks begrensning på 50 personer. For at vi skal klare å gjennomføre konkurransen trygt for alle tilreisende og frivillige, må all utøvere følge [anbefalte smitteverntiltak fra myndighetene](#) og passe på å være på rett plass til rett tid.

Målet med smitteverntiltakene er å beskytte deg som er deltaker, frivillige, lagledere og alle som er til stede mot smitte under arrangementet.

Det er viktig at utøvere som har deltatt i konkurransen informerer NKF ved Siss Klev [siss.klev@klatring.no](mailto:siss.klev@klatring.no) 90 65 91 39 ved karantenetilfelle eller sykdomsutbrudd. Dette for å sikre smittesporing.

## Smitteverntiltak

**Avstand:** Holde minst 1 meters avstand og redusere kontakt med personer fra andre klubber

**Maske:** Utøvere skal benytte maske under visning før kvalik og finale.

**Håndsprit:** Før hver forflytning og før klatring. Håndsprit er plassert på strategiske plasser. Bruk ofte!!

**Kohort:** Hver klubb får anvist plass i Flerbrukshallen. Hold avstand til utøvere fra andre klubber.

***Som utøver har du tre områder du kan oppholde deg på under konkurransen. Det er selvfølgelig også lov til å være ute.***

## Flerbrukshall

Hver klubb får anvist plass i hallen. Dette skal være din base under hele konkurransen (oppvarming, personlig eiendeler, spise etc). Klubber med én eller få utøvere blir henvist til egne plasser. Det er viktig at du følger de smittevernsfaglige rådene som er gjeldene.

## Oppvarmingsområde

Oppvarming i flerbrukshall og buldrevveg. Det er begrenset tilgang til buldrevveggen så det anbefales at utøvere tar med ekstra oppvarmingsutstyr som kan benyttes i flerbrukshallen..

## Klatreområde

Se tidskjema og følg vaktens henvisning

## Endring av smittevern hensyn

- Registrering og utdeling av startnummer og taubag skjer på fredag kveld med lagledere. Tidspunkt vil bli sendt til lagledere på epost.

- Teknisk møte før kvalik og finale utgår. Utøvere må sette seg inn i regelverket før konkurransen.
- Presentasjon av finalister før visning og finaler søndag går ut.
- Av smittevernhensyn ber vi om at alle deltakere tar med eget tau. Mange utøvere tar sikringstauet i munnen når de drar ut tauet for å klippe og vi ber om dette for å minimere smitterisiko. Tauet må være 40 m eller lengre. 9,2-9,8 mm. Du vil få utdelt taubag.