

# 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 utøver 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 lagleder har du tre områder du kan oppholde deg på under hele konkurransen. Det er selvfølgelig lov til å være ute også. Lagledere må påse at utøverne i klubben følger de smittevernsfaglige rådene som er gjeldene og passe på at utøverne er på rett plass til rett tid.***

## Flerbrukshall

Hver klubb får anvist plass i turnhallen. Dette skal være base for utøverne under hele konkurransen (oppvarming, personlig eiendeler, spise etc). Klubber med én eller få utøvere blir henvist til egne plasser.

## Oppvarmingsareal i klatrehall

I utgangspunktet er dette arealet forbeholdt utøverne, men lagleder kan følge sin utøver til oppvarmingsarealet dersom det er behov for det.

## Mesanin

Lagleder skal oppholde seg på mesaninen når utøver klatrer. Når utøver er ferdig klatret, skal utøver bevege seg tilbake til flerbrukshallen.

## Endring av smittevernhensyn

- Registrering og utdeling av startsnummer og taubag skjer på fredag kveld med lagledere. Gjennomgang av smitteverntiltak og praktisk info. 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 smittevern hensyn 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.