

## Säkerhetsanvisningar

- Längdskidåkning utövas utomhus och utan närkontakt med medtävlade
- Tävlingsplatsen är endast öppen för deltagare, ingen publik
- Symptomfria, friska personer får komma till platsen
- Ansiktsmasker används av över tolvåringar på området förutom under uppvärmningen och tävlingsprestationen
- På tävlingsområdet beaktas säkerhetsavstånd på 1,5m
- Tävlanden hämtar sitt startnummer utomhus vid tävlingskansliet
- I startlistan används större avstånd mellan tävlingsklasserna än normalt
- Omklädningsrummen är inte i bruk
- Efter målgången avlägsnar man sig genast från målområdet
- Resultaten publiceras på If Åsarnas hemsida, ingen resultattavla på tävlingsplatsen
- Ingen sedvanlig prisutdelning, utan pris erhålles när man returnerar sitt startnummer
- Ladda ner coronablinkern
- Ingen servering på tävlingsplatsen
- Håll avstånd i eventuell WC-kö

## Turvallisuusohjeet

- Maastohiihto tapahtuu ulkoilmassa ja ilman lähikontaktia kanssakilpailijoihin
- Kilpailualue on avoinna vain kilpailijoille, ei yleisöä
- Ainoastaan oireettomia, terveitä henkilöitä saa tulla paikalle
- Yli kaksitoistavuotiaat käyttävät kasvomaskia paitsi kilpailusuorituksen ja lämmittelyn aikana
- Kilpailualueella huomioidaan 1,5m turvavälit
- Kilpailija hakee kilpailunumeronsa ulkona sijaitsevasta kilpailukansliasta
- Lähtölistassa on normaalia pidemmät välit kilpailuluokkien välissä
- Pukuhuoneet eivät ole käytössä
- Maaliin tulon jälkeen poistutaan välittömästi maalialueelta
- Tulokset julkaistaan If Åsarna:n kotisivuilla, kilpailualueella ei ole tulostaulua
- Ei perinteistä palkintojenjakoa, palkinnon saa kun palauttaa kilpailunumeronsa
- Lataa koronavilkku
- Ei tarjoilua kilpailualueella
- Pidä etäisyyttä mahdollisessa vessajonossa