



## Korona-ohjeet

**Tämän** vuoden KOMIA Ilkan polku järjestetään poikkeusolosuhteissa. Tapahtuman järjestäjänä Komia Flow Oy noudattaa [Terveiden ja hyvinvointilaitoksen \(THL\)](#), [Länsi- ja Sisä-Suomen Aluehallintaviraston \(AVI\)](#), [Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin \(EPHSP\)](#) sekä [Ilmajoen kunnan](#) rajoituksia ja suosituksia viruksen leviämisen ehkäisemiseksi tapahtumassamme. Viruksen leviämisen ehkäiseminen on paitsi järjestäjien myös kakkien osallistujien vastuulla ja toivomme, että tutustutte Korona -ohjeisiin huolella ennen tapahtumaa.

**Osallistu** tapahtumaan vain terveenä. Mikäli sinulla on ennen kilpailua ylähengitystieinfektion oireita kuten yskää, kurkkukipua, kuumetta, hengenahdistusta, lihaskipuja, vatsaoireita tai pääsärkyä voit siirtää osallistumisen seuraavalle vuodelle tai muihin KOMIA Flown tapahtumiin. Älä myöskään osallistu tapahtumaan, mikäli olet matkustanut edeltävästi viimeisen 2 viikon aikana.

**Huolehdi** tapahtumapaikalla riittävästä etäisyydestä (suositus 1 – 2 metriä) muihin ihmisiin tai käytä kasvomaskia. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos THL on päivittänyt suositusta kasvomaskien käytöstä. Suositusten mukaan kasvomaskia suositellaan käytettäväksi julkisissa sisätiloissa ja yleisötilaisuuksissa, joissa lähikontakteja ei voida aina välttää. Metsässä tilaa riittää ja turvaväleistä pystytään pitämään kiinni, mutta tapahtumapaikalla suosittelemme kasvomaskin käyttöä.

**Käytä** käsidesiä ja pese käsiä. Järjestäjät sijoittavat käsidesipisteitä kriittisiin paikkoihin, joissa joutuu koskettamaan pintoja.

Varaa **kisamateriaalin** noutoon riittävästi aikaa. Pyrimme välttämään ruuhkaa. Ennakkoon maksetut kisamateriaalit löytyvät ulkoa niille osoitetuista paikoista. Paikat on jaoteltu kilpailtavan matkan pituuden mukaan.

**Yhteiskuljetus** linja-autolla kilpailukeskuksesta lähtöpaikalle. **Kasvomaskin** käyttöä suositellaan julkisen liikenteen tapaan bussimatalla. Kasvomaskin käytöstä vastaa osallistuja ja

**KOMIA Flow Oy**  
c/o Mikko Patana  
Ukkoherranlenkki 7-9 C22  
60200 Seinäjoki

**Y-tunnus:** 2831919-5  
**Puhelin:** 050 3615240  
**Email:** [komia@komiaflow.fi](mailto:komia@komiaflow.fi)  
**Netti:** <http://www.komiaflow.fi>

**Facebook**  
**Instagram**  
**Twitter**  
[@komiaflow](#)  
[#komiaflow](#)



peräänkuulutamme tässä jokaisen omaa vastuuta. Käsidesiä järjestäjä tarjoaa ennen linja-autoon menoa ja linja-autosta poistumisen jälkeen.

**Lähdössä** suositellaan kasvomaskien käyttöä sekä turvavälien pitämistä. Kasvomaskit voi lähdön jälkeen jättää niille osoitettuun paikkaan. Turvaväleistä huolehtii kilpailija itse. Totuttuun tapaan kovinta vauhtia pitävät urheilijat asettuu eturiviin ja hitaammin reitin kiertävät takariviin. Järjestäjä ohjeistaa vielä turvaväleissä ennen lähtöhetkeä.

**Reitillä** on tarjolla järjestäjien toimesta valmiiksi annosteltua urheilujuomaa ja vettä. Poikkeuksena edellisiin vuosiin huoltopisteillä tarjolla olevaa lisäenergiaa (rusinoita, banaania, suolakurkkua) on karsittu ruuhkan välttämiseksi. Juomapaikkojen tarkempi sisältö tapahtumaohjeissa. Kannattaa huomioida tämä ja ottaa tarvittaessa omia geelejä ym. mukaan. Roskat voi tarvittaessa jättää juomapaikoille.

**Kisan jälkeen** tarjolla keittoa. Ruokailu tapahtuu ulkona ja tässä syytä huomioida turvavälit. Kisakeskuksessa kanttiini, jossa tarjolla erilaista purtavaa sekä kisamakkaraa. Huomioi asioidessa hygienia ja turvavälit tai käytä kasvomaskia.

**Katsojat** ovat tervetulleita tapahtumaan. Katsojia suositellaan käyttämään kasvomaskia ja huolehtimaan riittävästä hygieniasta.

**Palkinnot** jaetaan heti palkittujen selvittyä ja palkintojen jaossa emme kättele.

**Suihku** Tapahtumapaikalla on käytössä yksi suihku. Suosittelemme säästämään suihkun pitkänmatkalaisille ja lähellä asuville kotipesua.

**KOMIA Flow Oy**  
c/o Mikko Patana  
Ukkoherranlenkki 7-9 C22  
60200 Seinäjoki

**Y-tunnus:** 2831919-5  
**Puhelin:** 050 3615240  
**Email:** [komia@komiaflow.fi](mailto:komia@komiaflow.fi)  
**Netti:** <http://www.komiaflow.fi>

**Facebook**  
**Instagram**  
**Twitter**  
[@komiaflow](#)  
[#komiaflow](#)