



**Dansk  
Orienterings-  
Forbund**  
*Medlem af DIF og IOF*

## Corona retningslinjer, anvisninger og anbefalinger til deltagere i orienteringsstævner

---

Myndighedernes gældende retningslinjer for udendørs idræts- og foreningsliv nødvendiggør fortsat en række ændringer af den måde, som orienteringsstævner traditionelt har været afviklet på. Det er derfor nødvendigt, at stævnets deltagere følger de anvisninger, der er listet herunder.

- Følg altid og alle steder myndighedernes retningslinjer og anvisninger,
- Bliv hjemme, hvis du har nogen som helst symptomer, f.eks. feber, hoste, åndedrætsbesvær,
- Bliv hjemme, hvis du ikke er tilmeldt – der er ingen tilmelding på dagen,
- Det anbefales, at du får foretaget en corona-test inden stævnet, såfremt du ikke har et corona-pas,
- Planlæg din transport, således at du enten følges med personer, du omgås dagligt, og/eller med personer, der har et corona-pas eller en gyldig og negativ corona-test,
- Hav dit corona-pas parat, hvis du skal bruge omklædningsrum eller indendørs toilet,
- Respektér alle anvisninger fra stævneofficials,
- Vis hensyn på parkeringen,
- Giv ikke hånd, knus eller kram, undgå berøring af andre,
- Hold mindst 1 meters afstand i skoven og ved posterne,
- Tag håndsprit med, og brug det ofte,
- Tag dit eget vand med – der er ingen væske på banen og kun undtagelsesvis i mål,
- Tag din egen brik med og sørg for, at den er afsprittet,
- Løse postbeskrivelser tilbydes kun undtagelsesvis, tjek stævnets instruktion,
- Husk at stemple starten og aflæse din tid efter målgang – ellers får du ikke den rigtige tid,
- Tjek dit resultat online – og efterfølgende på stævnets hjemmeside,
- Forlad målområdet, sammen med de løbere du fulgtes med til stævnet, straks efter sidste løbers målgang,
- Tænk på andre hele tiden, ingen snot, hosten m.m. i hovedet på andre.

---

Version 2 - 25. maj 2021  
Dansk Orienterings-Forbund  
Stævne- og Reglementsudvalget