



Lillestrøm, 18.01.22

## Smittevernregler på våre sykkelturner og andre sykkelarrangementer

Basert på nasjonale og kommunale føringer og i dialog med kommuneoverlegen fra Lillestrøm kommune samt sekretariatet i Syklistenes landsforening og med utgangspunkt i veilederen fra Frivillighet Norge\* har vi utarbeidet følgende **råd og smittevernregler som gjelder på våre sykkelturner** (og ev andre arrangementer):

1. Personer som er eller kan være smittet av korona og/ eller er i karantene/ isolasjon skal ikke delta på sykkelturner og andre aktiviteter/ arrangementer i regi av SLF LOO
2. Deltakelse på våre sykkelturner forutsetter påmelding pr mail til [lillestrom@syklistene.no](mailto:lillestrom@syklistene.no) og maks antall deltakere begrenses til 10 sykklister (om ikke annet er oppgitt)
3. Sørg for god hygiene, både håndhygiene og «sykkelhygiene» \*\*
4. Unngå fysisk nærkontakt, og hold anbefalt avstand mellom personer (minst 1 meter til andre som ikke er husstandsmedlemmer)
5. Ikke del utstyr\*\* under sykkelturner (eller andre aktiviteter)
6. Ansvarlig turlleder fra SLF LOO kan bestemme at påmeldte personer ikke kan bli med på turen, med tanke på smittefare \*\*\*

Vær oppmerksom på at enhver interaksjon med allmennheten utgjør en økt risiko for å bli utsatt for COVID-19. Vi kan ikke garantere at du ikke blir utsatt mens du er med oss på tur, til stede på arrangementet, og oppfordrer deg til å følge våre smittevernregler, samt generelle og lokale regler og begrensninger.

### Se også de generelle turregler for våre sykkelturner!

Ved spørsmål send gjerne mail til [lillestrom@syklistene.no](mailto:lillestrom@syklistene.no)!

---

\* For mer info se veilederen fra Frivillighet Norge her: [www.frivillighetnorge.no](http://www.frivillighetnorge.no)

\*\* Våre turledere har tilsvarende utstyr som antibac, engangshansker og munnbind med på turen.

Dersom vi skulle åpne opp for utlån av våre BB-treningssykler så blir syklene vasket grundig før/etter hver tur.

\*\*\* Dersom du av ulike grunner ikke kan eller vil delta på våre «fysiske sykkelturner», sjekk gjerne linkene til våre «digitale sykkelturner» som vi har dokumentert på Komoot og i tidligere turkataloger.