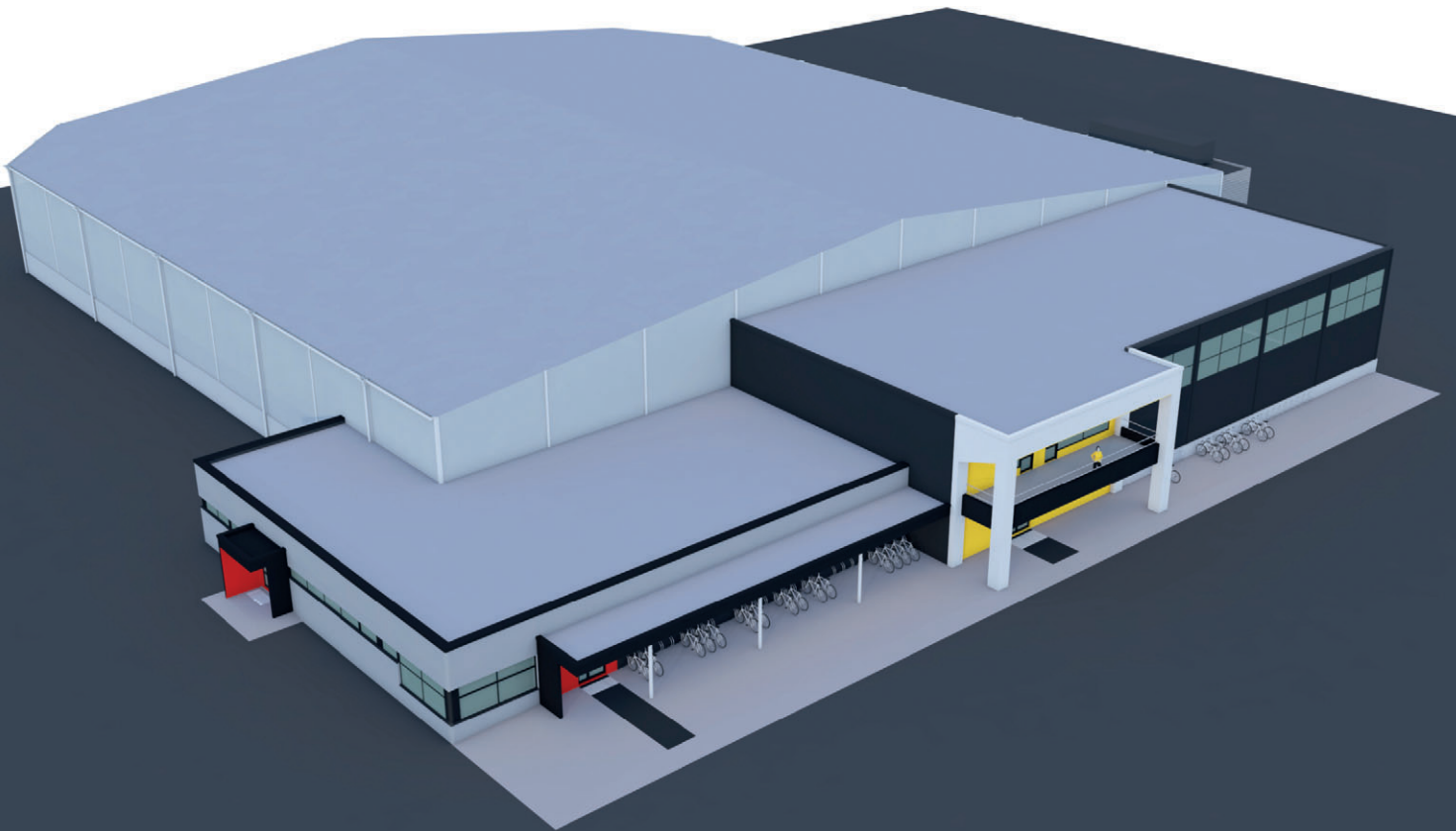




LIIKUNNAN TUPLAILOA LIPPUMÄESSÄ



TUPLAJÄÄT OY

TUPLAJÄÄT LIPPUMÄKI

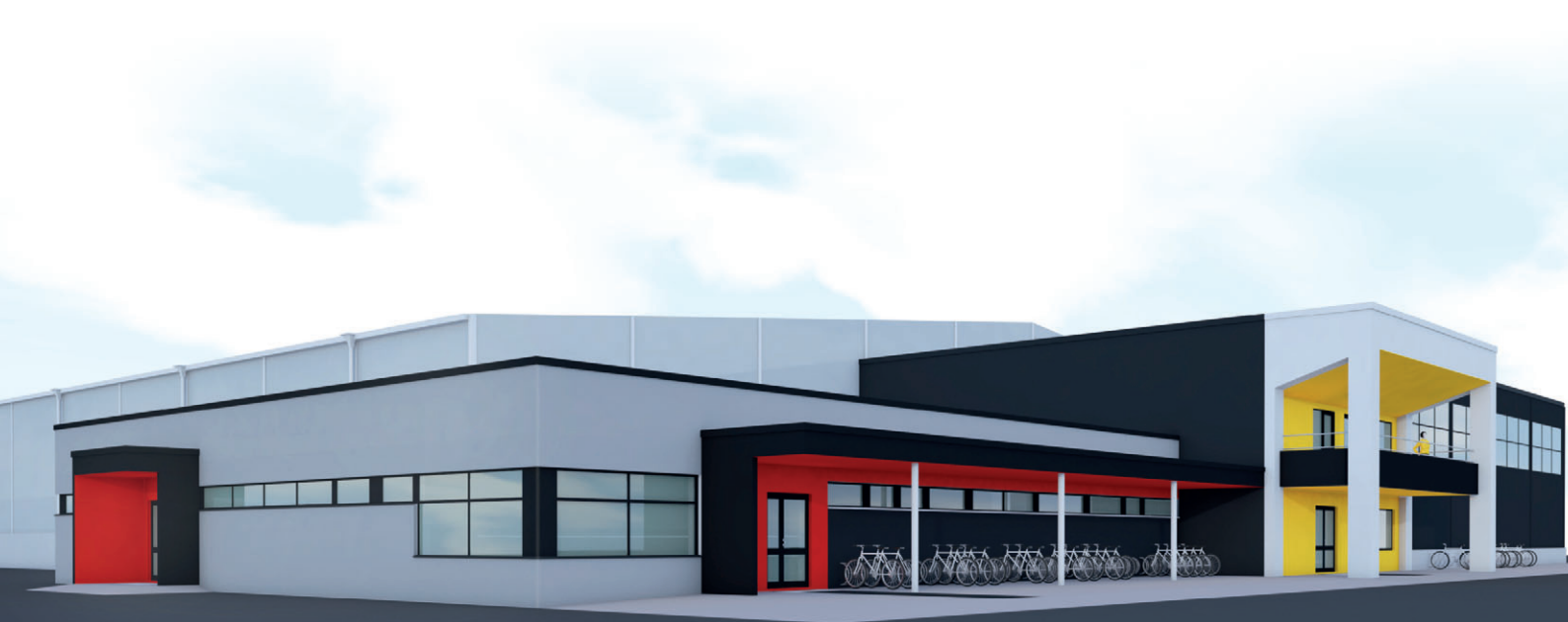
Tuplajäät Oy on toimintansa vakiinnuttanut jäähalliyhtiö, jonka toiminta on ollut 18 vuotta Toivalassa. Yhtiömme toinen jäähalli sijaitsee Lippumäen urheilualueella.

Lippumäki palvelee hyvin Kuopion seudun nykyistä strategiaa ja sen arvoja, sillä hanketta kuvastaa rohkeus, yhdessä tekeminen, luovuus ja asiakaslähtöisyys. Halli toteutetaan rohkeasti pääosin yksityisenä hankkeena ja sen ylläpidosta vastaa yksityinen taho. Hankkeeseen ja sen käyttöön osallistuu yhteistyössä useampi urheiluseura ja yhdistys ja se toimii tiiviissä yhteistyössä myös koulutoimen ja urheilupuiston ylläpidosta vastaavan kaupungin tilakeskuksen kanssa.

Monipuoliset käyttömahdollisuudet sekä hyvä sijainti keskellä kehittyvää asumisympäristöä mahdollistavat asiakaslähtöisen palvelun. Tuplajäät Oy:n Lippumäen hallin avulla on tarkoitus luoda eteläisen Kuopion alueelle parempia ja monipuolisimpia edellytyksiä lasten, nuorten ja aikuisten liikuntamahdollisuuksiin ja sitä kautta edistää ja kannustaa ihmisiä terveyttä edistävän liikunnan pariin. Hyvät ja monipuoliset liikuntamahdollisuudet ovat kaupungille vetovoimatekijä.

Jäähalli palvelee monipuolisesti. Pääkäyttäjryhmiä ovat jääkiekon lisäksi taitoluistelu, muodostelmaluistelu, harrastejääkiekko, työpaikkaliikunta ja koululiikunta sekä Kuopion kaupungin tarjoama yleisöluistelu.

Hallin yhteydessä on erittäin toimiva **sisäliikuntatila**, jossa on mahdollista harjoittaa mm. ryhmäliikuntaa. **Lounaskahvio** hallin toisessa kerroksessa tarjoaa ravintopalveluja hallin käyttäjryhmille ja koko Lippumäen urheilualueen käyttäjille.





Toimintaohjeet poikkeusoloissa

SJL:n täsmennetyt ohjeet harjoitteluun 1.6. alkaen

Suomen Jääkiekkoliitto noudattaa toiminnassaan valtiovallinnon ja viranomaisten linjauksia ja vahvasti suosittaa, että näin toimitaan myös seuroissa.

[Valtioneuvoston periaatepäätöksen 6.5.2020](#) mukaisesti urheilukilpailut ja -sarjat voidaan käynnistää 1.6.2020 alkaen erityisjärjestelyin, mikä mahdollistaa lajin- ja pelinomaisen harjoittelun käynnistämisen ulko- ja sisäliikuntapaikoilla.

Aluehallintovirastot ovat antaneet [19.5.2020 täsmentävät ohjeet](#) kokoontumisrajoituksiin ja niiden käytännön toteutukseen.

Harjoittelun tulee tapahtua alle 50 hengen ryhmissä. 50 hengen rajoitus koskee kokonaisuudessaan kaikkia tapahtumaan osallistuvia pelaajia, valmentajia ja huoltojoukkoja.

Yleistä koronaviruksesta [THL:n sivuilla](#)

Koronaviruksen vaikutus urheiluun: [Olympiakomitean ohje](#)

Suomen Jääkiekkoliiton lajiin liittyvät täsmennysohjeet

- Ohjeet harjoittelusta tulee käydä läpi yhdessä koko joukkueen ja taustahenkilöiden kanssa
- Jokainen joukkueen urheilija, valmentaja, huoltaja ja taustahenkilö sitoutuu myös arjessaan viruksen leviämistä ehkäiseviin toimenpiteisiin
- Seuran ja joukkueen vastuulla on, että THL:n ja muiden viranomaisten antamia suosituksia ja määräyksiä noudatetaan
- Harjoitukseen/ muuhun tapahtumaan ei saa osallistua, jos on vähänkään ylähengitystietulehduksen oireita
- Jos epäilee koronavirus (COVID-19) tartuntaa, tulee toimia THL:n ohjeiden mukaisesti
- Yksilöä ei saa pakottaa tai painostaa seuran järjestämään harjoitteluun, ryhmäharjoittelusta poissaolo ei saa vaikuttaa pelaajan asemaan joukkueessa
- Kontakti- /kamppailulajissa (kuten jääkiekko) lähikontaktin vuoksi riski saada infektio on kasvanut
- Lajinomainen ryhmäharjoittelu on sallittu 1.6.2020 alkaen
- Ryhmäharjoittelussa ryhmät pyritään pitämään samoina (max. 50 henkilöä)
- Harjoitukseen kulkeminen pyritään suorittamaan lähikontakteja välttämällä
- Oheisharjoittelussa pyritään tekemään harjoitteet ulkotiloissa

Jääharjoittelussa mahdollisuuksien mukaan huomioitavat asiat

- Harjoitukseen saavutaan ja poistutaan ripeästi
- Hallille saavutaan varusteet puettuna, ainakin osittain (aluspuvut jne.). Jos tämä ei ole mahdollista, tulee pukukopeissa pitää mahdollisuuksien mukaan huolta turvaväleistä ja välttää tarpeetonta oleskelua koppitiloissa.
- Hallille saavuttaessa ja poistuttaessa kädet pestään saippualla (20 sek) – kun käsien saippuapesu ei ole mahdollista, käytetään käsihuuhdetta
- Harjoitukseen tulee varata oma nimikoitu juomapullo ja jokaiselle oma hikipyyhe
- Vaihtopenkillä vältetään vierekkäin istumista
- Harjoituksessa huolehditaan yskimis-, aivastamis- ja niistämyhygieniasta ja asia käydään joukkueen kanssa läpi. Sylkeminen ei ole sallittua.
- Vältetään ”tuulettamista” johon liittyy fyysistä kontaktia
- Jos mahdollista, peseytyminen hoidetaan kotona. Jos joudutaan peseytymään hallilla, tehdään se mahdollisimman nopeasti ja varusteet kerätään harjoituskassiin suihkun ajaksi. Hygieniavälineitä ei saa lainata (shampoo, saippua, deodorantti/vastaavat).
- Jokainen huolehtii omista varusteistaan eikä muiden varusteisiin kosketa
- Paita, sukat ja mahdolliset housupussit pestään korkeassa lämpötilassa (60C°) jokaisen harjoituksen jälkeen. Muiden varusteiden kuivatuksesta huolehditaan.
- Huolehditaan yleisten tilojen hygieniasta, vaikka siivous ei kuuluisikaan joukkueen vastuulle.

Joukkueen mahdollinen altistus ja karanteeni

Jos joukkueen jäsenellä ilmenee koronavirusinfektioon viittavia oireita, edellisenä 1-2 päivänä lähikontaktissa olleet asettavat itsensä karanteeniin, kunnes testitulos on selvillä. Jos tulos on negatiivinen, altistuneiden karanteeni voidaan lopettaa.

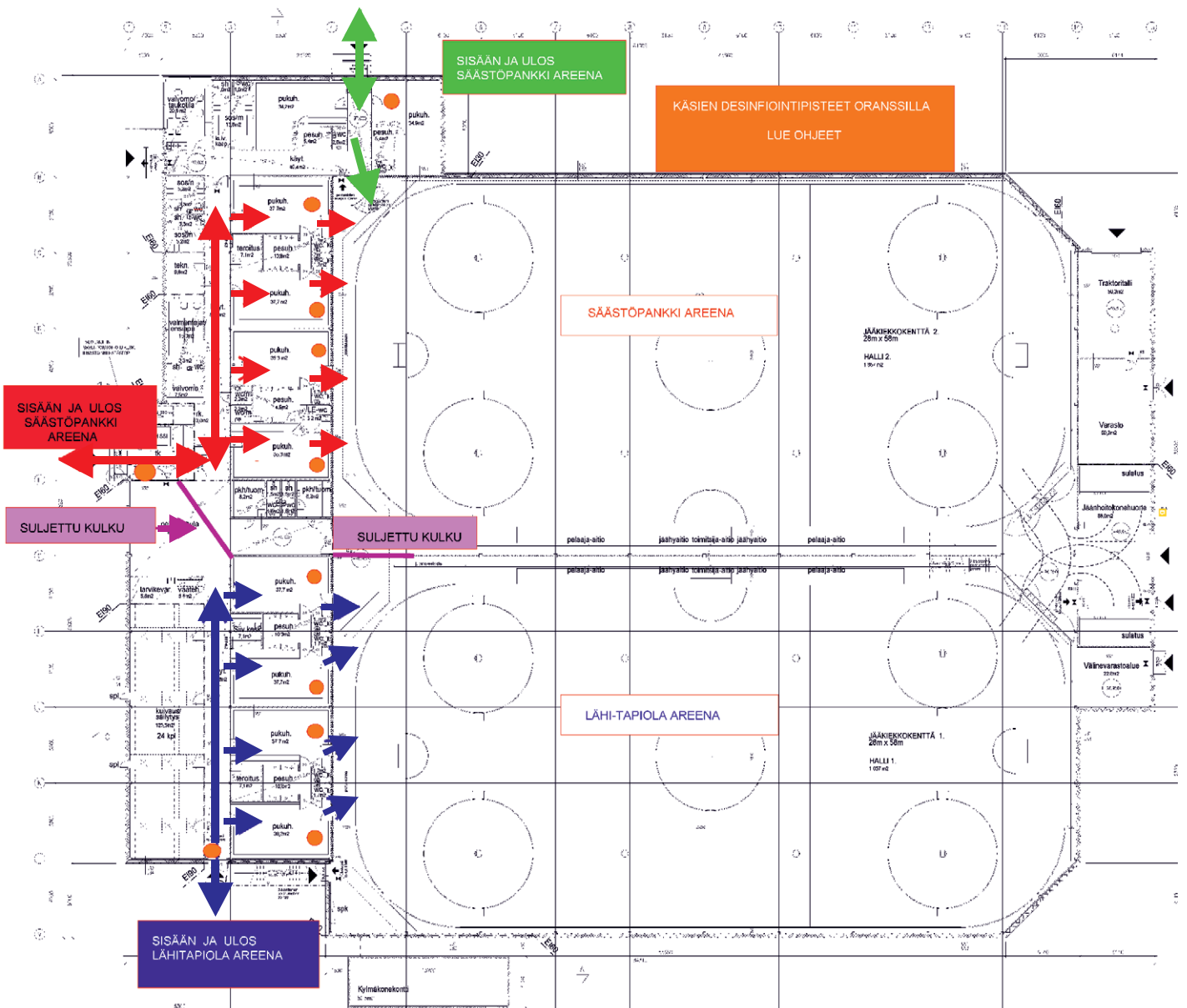
Jos koronavirustesti on positiivinen, tartuntatautilain mukaisesti alueen tartuntataudeista vastaava lääkäri tekee epidemioiden selvitystä ja tartunnan jäljittämistä ja määrittää karanteeniin asetettavat henkilöt. Karanteeniaika on viruksen itämisaika eli 14 vrk.

Leiritoiminnasta

Leirille saa osallistua vain täysin oireettomana.

Jos leirin aikana saa ylähengitystieoireita, tulee pelaaja/taustahenkilö ohjata viranomaisohjeiden mukaan testaukseen/hoitoon, välttämättä kontakteja muihin henkilöihin. Leiriä edeltävästi tulee miettiä sairastuneen pelaajan evakointisuunnitelma: minne pelaaja ohjataan odottamaan kuljetusta, miten kuljetetaan pois leiriltä huomioiden sen, että sairastunut pelaaja voi tarvita sänkyä, ruokaa, juomaa tai peseytymismahdollisuuden.

Leirin aikana toimitaan kokoontumisrajoituksen mukaisesti siten, että ryhmä majoittuu, ruokailee ja harjoittelee yhdessä välttämättä kosketusta muiden samassa keskuksessa toimivien ryhmien kanssa.



KÄYTTÄYDY NÄIN JÄÄHALLISSA

1. ETHÄN TULE HALLILLE SAIRAANA (yskä, nuha, kuume, vatsatauti)
2. **DESINFIOI KÄTESI** Katso ohje alla
3. KULJE SUORAAN SINULLE ILMOITETTUUN PUKUHUONEESEEN
4. PIDÄ TURVAVÄLIT, HALLILLA LIIKKUESSASI
5. MENE SUORAAN ILMOITETULLE AREENALLE
6. ÄLÄ SYLJEKSI HALLILLA
7. POISTU JÄÄLTÄ / PUKUHUONEESTA SUORAAN OPASTEIDEN MUKAAN ULOS
8. POISTUESSASI HALLILTA DESINFIOI KÄTESI.

Nuoremmat juniorit voivat pukeutua valmiiksi jo kotona ja laittaa luistimet jalkaan vaihtoaitiossa
Käsienpesussa muista sulkea vesihana pesun jälkeen käsipyyhepaperilla, näin estät kätesi likaantumisen uudelleen.

ASIATON OLESKELU JÄÄHALLILLA ON EHDOTTOMASTI KIELLETTY

Käsidesinfektio



TERVETULOA
LIPPUMÄKEEN LIIKKUMAAN!



TUPLAJÄÄT OY

LIPPUMÄKI: Rauhalahdentie 66 | 70780 Kuopio
TOIVALA / tsto: Tietäjäntie 2 | 70900 Toivala

Markku Keinänen | 044 2798 400
markku.keinanen@kalpa.fi | www.tuplajaat.fi