



Suomen Miekkailu- ja 5-otteluliiton ohje miekkailun harjoitusturvallisuudesta

26.10.2016 SM5L Hallituksen kokouksessa todettiin että seuroja on ohjeistettava selkeämmin myös harjoitusten turvallisuudesta. Tämä ohjeistus laadittiin yhteistyössä Seurakehittämisen sekä Sääntö- ja tuomaryöryhmän toimesta.

Ohje pohjautuu Iso- Britannian vastaavaan malliin, joka on sovitettu Suomen oloihin ja dokumentin ohjaavaan luonteeseen. Kyseessä on ohjeistus, ei kilpailumääräysten/varustemääräysten kaltainen velvoittava dokumentti.

Tällä hetkellä onnettomuudet ja tapaturmat ovat suomalaisessa miekkailussa harvinaisia. Omalla toiminnallamme voimme kaikki vaikuttaa siihen että tämä tila jatkuu.

Turvallista harjoittelua toivottaen,
SM5L Seuratyöryhmä & Sääntö- ja tuomaryöryhmä

1 Urheilijan varusteet

1.1 Yleistä

Suomen Miekkailu- ja 5-otteluliitto on antanut varustemääräykset osana Miekkailun kilpailumääräyksiä (viite 1). Näitä määräyksiä noudatetaan liiton ja sen jäsenseurojen nimissä tapahtuvassa kilpailutoiminnassa.

Tällä turvallisuusohjeella selvennetään muussa kuin kilpailutoiminnassa edellytettävä turvallisuustasoa. Ohje kattaa sekä oikeilla, että muovi/pehmoaseilla tapahtuvan harjoittelun.

Oteltaessa ja harjoitusotteluissa ottelijoiden on käytettävä täydellistä suojarustusta (maski, takki ja housut, plastron ja hanska, tossut, sukat sekä naisilla rintasuojia).

Oppituntien turvallisuusvaatimus on esitetty kappaleessa 4.4

Nämä ohjeet on perustuvat tällä hetkellä voimassa oleviin miekkailun sääntöihin ja kilpailumääräyksiin. Mikäli sääntöjen tai kilpailumääräysten muuttuessa myös osana niitä annetut turvamääräykset tiukentuvat, on ensisijaisesti noudatettava sääntöjä. Erityisesti tämä koskee FIE:n olympiakisoja, Maailmanmestaruuskisoja sekä muita FIE:n virallisia kilpailuja

(MC, satelliitti-MC sekä alueiden mestaruuskisat) varten antamia varustemääräyksiä.

Miekkailija vastaa siitä, että hänen käyttämänsä varusteet täyttävät turvallisuusvaatimukset.

1.2 Maski

Maskin on oltava sopivan kokoinen ja siinä tulee olla turvaluokitusta osoittava merkki. Tarkemmin viite 2.

Maski tulee tarkistaa ennen käyttöä seuraavien vikojen havaitsemiseksi:

- Metalliverkon heikkeneminen ja/tai pehmentyminen, metalliverkon reikäkoon muutos tai sen vääntyminen alkuperäisestä muodosta
- Maskin parran kiinnityksen heikentyminen tai parta kiertyy ylös
- Maskin kiinnityksen heikentyminen niin, että maski on vaarassa irrota miekkailun aikana

Maskien kiinnityksen on oltava määräysten mukainen.

Rikkoutunutta tai heikentynyttä metalliverkkoa ei saa yrittää korjata, vaan maski on poistettava käytöstä.

Läpinäkyvien maskien käyttö on kielletty metallisilla terillä miekkailtaessa.

1.3 Miekkailutakki ja -housut

Miekkailutakin - ja housujen tulee olla sopivan kokoiset ja niissä tulee olla turvaluokitusta osoittava merkki. Tarkemmin viite 2.

Varoasennossa miekkailutakin on peitettävä housujen vyötärö on vähintään 10 cm matkalta.

Takin kiinnityksen tulee olla joko vapaan käden puolella tai selässä.

Lahkeiden tulee ulottua polven alapuolelle ja myös pysyä siellä miekkailun aikana.

Rikkinäisiä tai näkyvästi kuluneita vaatteita ei saa käyttää.

1.4 Plastron

Plastronin tulee olla sopivan kokoinen, vähintään annettujen turvamääräysten mukainen ja siinä tulee olla turvaluokitusta osoittava merkki.

1.5 Rintasuojaja

Jäykästä materiaalista valmistettu rintasuojaja on pakollinen naisille. Tyttöjen suositellaan käyttävän jäykästä materiaalista valmistettua rintasuojajaa viimeistään 10 vuotta täytettyään.

1.6 Hanska

Miekkailuhanskan varren tulee ulottua noin puoleen väliin kyynärvartta ja pysyä takin hihan päällä miekkailun ajan. Miekkailuhanskassa ei saa olla muita aukkoja kuin vartalojohdon läpivienti.

Miekkailuhanska tulee tarkistaa säännöllisesti reikien ja repeytymien huomaamiseksi.

Miekkailuhanskan tulee täyttää asetetut turvallisuuden vähimmäisvaatimukset.

1.7 Sukat ja kengät

Sukkien on oltava niin pitkät ettei sukan ja housunlahkeen väliin jää näkyviin paljasta ihoa.

Kenkien tulisi soveltua sisäpelikäyttöön.

1.8 Miekkailu muovi/pehmoaseilla

1.8.1

Kaikessa muovi/pehmoaseilla tapahtuvassa miekkailussa tulee käyttää joko tähän tarkoitukseen suunniteltua muovista maskia tai sääntöjen mukaista miekkailumaskia.

1.8.2

Muovi/pehmoaseilla miekkailtaessa tulee käyttää hihallista yläosaa ja housujen tulee peittää jalat vähintään polviin saakka.

2. Aseet

2.1 Yleistä aseista

SM5L:n varustemääräykset aseita koskien viitteessä 2.

Aseet tulee tarkistaa säännöllisesti ja varmistua siitä, että ne ovat turvallisia ja toimintakunnossa.

Valtaosa vakavista miekkailuonnettomuuksista johtuu rikkoutuneen terän tekemästä pistohaavasta, joten seuraavaan kappaleeseen tulisi kiinnittää erityistä huomiota

2.2 Aseiden teristä

Terää, joissa on, tai johon otelessa ilmaantuu katkeamista helpottava, paljain silmin näkyvä taitoskohta, jota ei voi oikaista, ei saa käyttää. Tällaista asetta tai liian taipuisaa asetta käyttävää miekkailijaa vastaan ei saa otella.

2.3 Lasten käyttämät terät

Alle 12-vuotiaiden tulee miekailla minikalvalla, -floretila tai -säilällä noudattaen ko.sarjan kilpailumääräyksiä. (viite 2). Tämän tavoitteena on paitsi parantaa nuorten miekkailijoiden turvallisuutta, myös lisätä harjoittelun ja kilpailun mielekkyyttä ja laatua.

2.4 Aseiden kärjistä

2.4.1 Aseiden kärkien tulisi olla FIE:n määräysten mukaisia. Säilän terät tulisi tarkistaa säännöllisesti, koska terän kulumisen saattaa tehdä säilän kärjestä terävän ja edesauttaa pistohaavan syntymistä.

2.4.2 Sähköttömän floretin tai kalvan kärjen (mukaan lukien kokonaan metalliset valekärjet) tulee olla peitetty hyväkuntoisella erillisellä muovisella suojanupilla tai integroidulla muovisella suojalla).

2.5 Aseiden kokilleista (kämmensuoja)

Aseiden kokilleihin voi käytön kulumisen tuloksena kehittyä terävä reuna, joka muodostaa turvallisuusriskin. Tällä tavoin kuluneet kokillit tulee poistaa käytöstä. Myöskään kuoppaisia tai kolhiintuneita kokilleja, joihin vastustajan kärki voi jäädä kiinni ei tulisi käyttää.

3 Erityisohjeistus koskien lapsia

3.1 Reilu Peli

Suomen Olympiakomitean sivuilta löydät urheiluyhteisön reilun pelin ihanteet ja tavoitteet (viite 4).

3.2 Urheilun pelisäännöt

Suomen Olympiakomitean sivuilta löytyvän Urheilun pelisäännöt -kokonaisuuden tavoitteena on synnyttää keskustelua lasten urheilun arvoista toimintaperiaatteeista ja käytännöistä (viite 6).

3.3 Urheilulliset elämäntavat-työpaja

Viitteestä 7 löydät paitsi Suomen Olympiakomitean julkaiseman Urheilulliset elämäntavat -vanhempainilvakokonaisuus, myös erityisesti lasten urheiluun liittyvää tutkimustietoa.

4 Miekkailuharjoitteet

Seurojen toimihenkilöiden, valmentajien ja ohjaajien sekä harjoitusten järjestäjien tulee aina arvioida kaikkien miekkailuharjoitteiden riskit ja toimia tekemänsä arvion mukaisesti. Heidän vastuullaan on varmistaa, että kussakin harjoittelutilassa on tehty välttämättömät toimenpiteet onnettomuuksien ennaltaehkäisemiseksi.

Heidän tulee myös varmistaa, että yksittäiset miekkailijat tekevät heidän vastuullaan olevat toimenpiteet onnettomuuksien ennalta ehkäisemiseksi ja että he noudattavat sääntöjä, joiden tavoitteena on vähentää oppitunneilla tapahtuvia onnettomuuksia.

4.1 Harjoituspaikka

- Harjoituspaikan tulee olla tarkoituksenmukainen.
- Harjoituspaikalla tulee olla ensiapuvälineet
- Kaikkien miekkailijoiden tulee tietää missä on hätäpoistumistie.
- Miekkailulle varatun alueen tulee olla sellainen, että miekkailijat voivat suorittaa normaaleja miekkailuliikkeitä (vauhdista riippumatta) liukastumatta.
- Lattialla olevat sähköjohdot tulisi sijoittaa niin etteivät miekkailijat tai yleisö kompastu niihin.

4.1.1 Yleisö

Yleisöä ei saa päästää alueiden reunoille, joissa he muodostavat törmäysriskin miekkailijan tehdessä flechen ulos alueelta tai altistuvat vahinko-osumalle.

Tämän lisäksi yleisö ei myöskään saa estää tuomarin, sivutuomarin tai muun henkilökunnan turvallista sijoittumista.

Eryistä huomiota tuli kiinnittää tilanteisiin joissa kulkureitti ylittää miekkailualueen.

Oppituntien ja harjoitusten aikana valmentajan/ohjaajan vastuulla on varmistaa että kaikki nämä näkökohdat huomioidaan asianmukaisesti.

4.1.2 Sähkölaitteista

- Maadoituksen tarvitsevien sähkölaitteiden tulee olla maadoitettuja.
- Sähköjohtoja ei saa sijoittaa miekkailualueiden alle tai päälle tai mitenkään muuten niin että niihin kohdistuu hierovaa liikettä tai painetta.
- Laitteen kuoren saa avata vain kun laite ei ole kytkettynä virtalähteeseen.
- Sulaketta ei saisi vaihtaa ennenkuin sähkömies tai muu pätevä henkilö on löytänyt ja korjannut vian joka aiheutti sulakkeen palamisen.

- Sähkölaitteita tulisi käyttää vain valmistajan määräämällä tavalla ja niitä tulisi muokata/mukauttaa vain valmistajan toimesta tai heidän suostumuksellaan
- Kaikki sähkölaitteet tulisi tarkistaa sähkömiehen tai muun pätevän henkilön toimesta vähintään kerran vuodessa.
- Kaikkia olemassa olevia säädöksiä ja määräyksiä koskien julkisella paikalla olevaa sähkölaitteiden käyttöä tulee noudattaa.

4.2 Seurat, oppitunnit, yhteiset harjoitukset

4.2.1 On suositeltavaa, että jokainen miekkailuseura dokumentoi erikseen sovitulla tavalla kaikki harjoituksissa ja harjoitustilanteissa tapahtuneet tapaturmat ja vahingoittumiset sekä toteutetut toimenpiteet.

4.2.2 Jos jollakin tai joillakin seuran jäsenistä erityisiä sairauksia (esim. astma, diabetes), jotka voivat aiheuttaa vaikeuksia tai hoidon tarvetta harjoitusten aikana, pitää seuran harjoituksista vastaavan valmentajien/ohjaajien olla tietoinen sairauksista ja siitä, mitä toimenpiteitä ne akutisoituessaan edellyttävät.

4.2.3 Harjoituksissa läsnä olevien valmentajien /ohjaajien pitää aina varmistaa seuraavat asiat

- Harjoitukseen osallistuvien miekkailijoiden määrä on sopiva suhteessa käytettävissä olevaan tilaan ja paikalla olevien valmentajien/ohjaajien määrään
- Kaikki miekkailijat ovat saaneet perehdytyksen harjoitusten turvallisuuteen liittyen ja ovat tietoisia SM5L turvallisuusohjeista.
- Miekkailijoita on opastettu välineiden oikeista käyttötavoista ja mahdollisista vaaratilanteista, joita välineiden väärä käyttötapa voi aiheuttaa.
- Harjoitustilanteet ovat aina valvottuja tapahtumia.

4.2.4 Liikunnan toiminnanvastuuvakuutus ja vapaaehtoistyön tapaturmavakuutus

OP Tuplaturvavakuutus on voimassa myös kaikissa Suomen Miekkailu- ja 5-otteluliiton jäsenseuroissa. Tuplaturva takaa seurojen toiminnassa mukana oleville toiminnanvastuuvakuutuksen sekä vapaaehtoistyöntekijöiden tapaturmavakuutuksen (viite 8).

4.3 Oppitunnit ja yhteisharjoitukset - vaatetus ja varusteet

4.3.1 Kun oppitunnilla käytetään muoviasetta valmentajan/ohjaajan minimivarustus oppitunneilla on maski.

4.3.2 Kun oppitunnilla käytetään teräsmiekkkoja, valmentajan/ohjaajan tulee normaalisti pitää täyttä suojaruustusta ja aina vähintään seuraavia varusteita: maski, miekkailutakki tai valmentajan suojatakki, kainalosuoja (plastron) ja miekkailuhanska.

Oppilaan varustus oppitunnilla on täydellinen miekkailuvarustus: puku, -hanska ja maski.

Valmentajan tekemän (miekkailija- ja tilannekohtaisen) riskiarvion perusteella voi oppilaalla olla täyttä suojavarustusta vähäisempi varustus. Ehdoton minimivarustus oppitunnilla kuitenkin on maski ja miekkailuhanska. Näin päätettäessä, oppilaan ja hänen huoltajansa tulee olla tietoisia lisääntyneestä loukkaantumis- ja vahingoittumisriskistä.

Pariharjoittelussa jalat tulee suojata vähintään 350N miekkailuhousuilla ja pitkillä miekkailusukilla, jos myös jalat on sallittua harjoittelun osuma-alueella (vrt. viite 2.)

4.4 Harjoittelu alkeiskursseilla ja miekkailukokeiluissa

4.4.1 Jos harjoittelu alkeiskursseilla toteutuu valmentajan johdolla, tilanteesta on tehty riskiarvio ja päätös on valmennusjohdon hyväksymä, voivat osallistujat käyttää esim. verryttelyhousuja miekkailuhousujen sijaan (myös 4- tai 5-terää käytettäessä) (kts. 1.3).

4.4.2 Edellisestä poiketen kalpamiekkailijoiden tulee käyttää vähintään 350N miekkailuhousuja ja pitkiä sukia, jos myös jalat ovat harjoittelussa osuma-alueena (myös 2- tai 3- terää käytettäessä).

4.5 Otteluharjoitukset

4.5.1 Alueiden sijoittelusta

Seuraavat tekijät tulisi huomioida suunniteltaessa alueiden sijoittelua: ikäryhmä, miekkailun taso, tuomareiden ja yleisön turvallinen sijoittelu.

Seuraavat arvot ovat suosituksia, jotka tulee sovittaa edellä mainittujen tekijöiden perusteella aina kullekin otteluharjoitukselle:

- alueiden välinen etäisyys (merkitsijälaitteen puoli): vähintään 1 metri
- alueiden reunojen välinen etäisyys (tuomarin puoli): vähintään 2,5 metriä. Jos etäisyys on vähemmän kuin tämä, tuomarin tulisi pitää suojalaseja tai maskia.
- etäisyys kenestä tahansa henkilöstä alueen reunaan (tulostenlaskijat, merkitsijälaitteen käyttäjät, katselijat): vähintään 1,25 metriä.
- kahden alueen takarajojen väli (alueiden ollessa peräkkäin): vähintään 2 metriä
- esteetön alue takarajan takana: n. 1.5 metriä

4.5.2 Tuomareiden tulisi varmistaa kaikin tavoin että näitä ohjeita noudatetaan, kiinnittäen erityistä huomiota niihin jotka koskevat harjoittelevien henkilökohtaisia varusteita (erityisesti teriä ja maskeja) ja varmistaa että plastronia käytetään.

Tuomareiden tulee varmistaa ettei yleisö seisoskele miekkailualueella.

5 Ensiapu

5.1 Ensiapuvarustus ja henkilökunnan ensiapuvalmius

Miekkailusalilla pitää aina olla perusvälineistön sisältävä ensiapukaappi tai -varustelaatikko, joka on selkeästi merkitty ja helposti käytettävissä. Seuralla tulee olla nimettynä henkilö, joka vastaa ensiapuvälineistön ylläpitämisestä ja täydentämisestä. On suositeltavaa, että ensiapuvälineistön yhteydessä on myös ensiapuopas ja luettelo hälytysnumeroista (vrt. viite 3).

Ensiapuvarusteiden sisältämien lääkkeiden tulee kaikkien olla antidoping -säännösten mukaisesti sallittuja.

Miekkailutapahtumia ja -kilpailuja järjestävien tulee perehtyä tapahtumapaikan ensiapuvälineistöön ja varmistua niiden saatavuudesta tarvittaessa. On suositeltavaa, että varsinkin isoissa miekkailukisoissa on nimettynä henkilö, joka vastaa tapahtuman aikana tarvittavan ensiavun antamisesta.

Otteluharjoituksen/kilpailun järjestäjän tulee myös varmistaa, mitä vakuutuksia tilaisuuden ensiapuvälineistöä edellytetään (potilasvastuuvakuutus, tilaisuutta varten otettu vakuutus) ja että nämä ovat asianmukaisella tavalla kattavia ja voimassa tapahtuman aikana.

5.2 Toiminta ensiapua edellyttävässä tilanteessa

5.2.1

Harjoituksesta tai tapahtumasta vastuussa olevan tahon pitää varmistaa esteetön puhelimen käyttö vakavan tapaturman tapahtuessa. Yleisen hätänumeron 112 pitää olla näkyvillä.

5.2.2

Harjoituksessa tai tapahtumassa läsnä olevalla lääkärillä on eettinen velvollisuus toimia tapaturmatilanteessa parhaan taitonsa mukaisesti. Jos paikalla on useampi lääkäri, parhaimman erityisosaamisen omaava lääkäri (tai lääkintähenkilöstön edustaja) vastaa ensiavun järjestämisestä.

5.2.3

Seuran nimeämän ensiapuvälineistön vastuun on tarvittaessa avustettava ensiavun antamisessa seuratoiminnassa ja kisatilanteissa, jos paikalla.

5.2.4

Jokaisen seuran jäsenen on tarvittaessa autettava parhaansa mukaan toista miekkailijaa, joka on loukkaantunut, jos varsinaisia ensiavusta vastaavia tai ensiaputaitoisia henkilöitä ei ole

paikalla.

5.2.5

Jos pätevämpiä ensiapua toteuttavia henkilöitä ei ole läsnä, valmentajat/ohjaajat ovat velvollisia toimimaan ensiaputilanteissa niiden taitojen mukaisesti, mitä heillä on tai voidaan olettaa olevan. Valmentajat/ohjaajat voidaan asettaa vastuuseen, jos he toimivat välinpitämättömällä tavalla tai huolimattomasti, mutta ei muusta syystä, esim. ensiaputaitojen puuttumisen vuoksi.

Viiteluettelo

	Viite	Linkki dokumenttiin
1	SM5L Miekkailun kilpailumääräykset	https://www.fencing-pentathlon.fi/site/assets/files/1176/sm5l_kilpailumaaraykset-2018-miekkailu-ver_1_3_final.pdf
2	SM5L Miekkailun varustemääräykset	https://www.fencing-pentathlon.fi/site/assets/files/1176/liite3_varustemaaraykset_6_6_2018.pdf
3	Ensiapuopas miekkailuseuroille	https://www.fencing-pentathlon.fi/miekkailu/koulukutus/ensiapuopas/
4	Suomen Olympiakomitea Urheiluyhteisön Reilun Pelin ihanteet ja tavoitteet	https://storage.googleapis.com/valo-production/2016/12/urheiluyhteison_reilun_pelin_ihanteet_ja_tavoitteet.pdf
5	Ohjeita harjoitusten pitämiseen SM5L Leikkipankki	https://www.fencing-pentathlon.fi/liitto/seuroille/leikkipankki/
6	Suomen Olympiakomitea Urheilun Pelisäännöt-materiaali	https://www.olympiakomitea.fi/seuratoiminta/asten-urheilu/urheilun-pelisaannot/
7	Suomen Olympiakomitea Materiaaleja ja työkaluja liittyen lasten urheiluun	https://www.olympiakomitea.fi/seuratoiminta/asten-urheilu/materiaaleja-ja-tyokaluja/
8	SM5L Vakuutus seuratoimijoille	https://www.fencing-pentathlon.fi/liitto/materiaalit/vakuutus-seuratoimijoille/