



## Oppstart av organisert aktivitet i klubben

### GENERELL INFORMASJON **OPPDATERT 01.06.2020**

Dette dokumentet skal være beskrivende for hvordan spillere, trenere og andre personer i og rundt Alta IF skal forholde seg til organiserte treninger under koronatiden.

Det er viktig at alt som er beskrevet i denne veiledningen blir overholdt, i tilfeller hvor grupper/enkeltspillere, uansett alder, ikke evner å tilfredsstille reglene så skal disse avbryte treningen og aktiviteten stoppes for de aktuelle personene/gruppene.

Det skal ikke noteres ned noe treningsoppmøte som kan føre til press for spilleren å delta på trening. Foreldre og spillere har full rett til å velge å avstå fra treningene uten konsekvenser. Trenere på hvert lag bestemmer også om deres gruppe skal delta på organiserte treninger i denne perioden.

All annen uorganisert fotballaktivitet som gjennomføres står foreldre ansvarlig for at smittevernreglene blir overholdt.

Vi har gjort jubileumsbanen og villaksbanen på idrettsparken tilgjengelig for trening. All organisert trening skal skje på disse banene. Det er maksimalt 20 spillere per gruppe, og i hver gruppe bør det også være en leder til stede som sørger for at reglene blir overholdt. Barn og unge under 20 år kan kjempe om ballen, så lenge det er innad i faste grupper. Vi skal fortsatt holde en meters avstand så lenge vi ikke spiller fotball. Unngå unødvendig nærkontakt i form av high fives, jubling i klynge osv.

Det vil ikke bli mulighet og benyttet garderobene. Spillerne må komme ferdig skiftet til trening. Spillerne skal vaske hendene med desinfeksjonsvæske før og etter trening da vi ikke har vanntilgang i forbindelse med treningene. Utstyret skal vaskes jevnlig, dette gjelder også de som benytter seg av private fotballer. Dette kan man løse med å ha eksempelvis såpevann på en sprayflaske og noe til å tørke utstyret med. Vester skal også vaskes jevnlig i maskin.



## FØR TRENING:

- Det er kun spillere tilknyttet det aktuelle laget som har lov å delta. Hospitering og gjestespillere er forbudt i denne perioden pga. smittevern.
- De som skal delta på trening må være symptomfrie og friske.
- Spillerne skal vaske hendene før de ankommer trening, de skal også bruke Antibac før treningsstart.
- Drikkeflasker og annet personlig utstyr skal tas vare på av hver enkelt og skal ikke under noen omstendigheter deles. Utstyret oppbevares separat.

## UNDERVEIS I TRENINGEN:

- Barn og unge under 20 år kan kjempe om ballen, så lenge det er innad i faste grupper.
- Alltid minst en meters avstand så lenge vi ikke spiller fotball.
- Unngå unødvendig nærkontakt i form av high fives, jubling i klynge osv.
- All spytting er forbudt.

## ETTER TRENING:

- Bruk av Antibac.
- Spillerne skal raskest mulig komme seg hjem for å ivareta hygienetiltak.
- Alt utstyr som er benyttet skal vaskes jevnlig.



# FOTBALLENS KORONAVETTREGLER



Føler du deg syk, bli hjemme.



Maks 20 spillere per gruppe.



Det bør være **en leder til stede per gruppe** som påser at aktiviteten er i henhold til fotballens koronavettregler.



Ballen, kjeogler og annet utstyr skal **rengjøres jevnlig**.



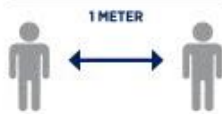
Bruk av **garderober er ikke tillatt**, men toaletter kan benyttes.



Husk **gode rutiner for håndhygiene**.



**Barn og unge under 20 år kan kjempe om ballen**, så lenge det er innad i faste grupper.



Alltid **minst en meters avstand** så lenge vi ikke spiller fotball.



**Unngå unødvendig nærkontakt** i form av high fives, jubling i klynge osv.