



# Retningslinjer for bruk av kommunale innendørs idrettsanlegg

---

## Generelt:

- Det forutsettes at samtlige involverte forholder seg til Helsedirektoratets retningslinjer i forhold til smittevern for idrett. Les mer på [Helsedirektoratets hjemmeside](#). Disse korrigeres fortløpende, så FØLG MED!
- De forskjellige idrettene må også forholde seg til Norges idrettsforbund og sitt særforbund sine koronavettregler. Les mer på [Norges idrettsforbund sin hjemmeside](#). Enhver beslutning av strengere art, tatt av anleggseier eller sentrale/lokale helsemyndigheter overprøver retningslinjer gitt fra NIF eller aktuelt særforbund.
- Idrettslaget/foreningen er ansvarlig for at aktiviteter gjennomføres på en smittevernaglig forsvarlig måte. Idrettslaget må gjennomføre en risikovurdering for sine aktiviteter. For få instruktører/trenere kan øke risiko for smitte. Hver treningsgruppe skal ha minimum en ansvarlig voksen som er smittevernsansvarlig. Les mer om [risikovurdering og sjekklister for organisert idrett her](#).

## Retningslinjer ved trening:

- Ingen, hverken utøvere eller ledere, kan møte i hallen hvis de har symptomer på luftveisinfeksjon.
- Alle skal minst holde 1 meter avstand og det skal maksimalt være 20 personer i samme gruppe. Dette gjelder før, under og etter trening, og i pauser.
  - Unntak fra 1 meters avstand under trening gjelder barn og unge (t.o.m. 19 år) og toppidrettsutøvere. Unntaket gjelder **under** trening/kamp når nærkontakt er nødvendig for normal utøvelse av idrettsaktiviteten.
  - Det er mulig for flere grupper à 20 personer å oppholde seg på samme treningsareal samtidig. Det er da en forutsetning at treningsarealet er av en slik art at gruppene kan holdes adskilt under hele økten og de både enkeltvis og samlet kan overholde smittevern rådene. Dette innebærer også at aktiviteten bør organiseres slik at gruppene kommer og går til ulike tider for å forhindre trengsel.
- Ved oppstart og avslutning av trening så er det viktig at utøvere/leder holder avstand fra andre personer og andre grupper. Leietagere/grupper er selv ansvarlig for å organisere dette. Man skal ikke oppholde seg i hallen lenger enn nødvendig. Treningen og opprydding av utstyr skal avsluttes 5min før tildelt tid. Dette for at flere grupper ikke skal møtes.



- Det forutsettes at leietager gjennomfører enkelt renhold av alle kontaktpunkter etter bruk, slik at det er klart til neste gruppe kommer. Dette vil eksempelvis være kontaktpunkter i garderober (dørhåndtak, dusj, vask, og toalett) og ellers i anlegget (dørhåndtak, brytere osv.). Leietagere/klubbene må utpeke egne personer som er ansvarlig for dette. Sarpsborg kommune setter ut microfiberkluter og rengjøringsmiddel ved hovedinngangen til anlegget.
- Hver treningsgruppe må sørge for å ha tilstrekkelig med desinfiseringsmiddel til eget bruk ut i fra anbefalinger for den enkelte idrett (til bruk på hender, utstyr osv.).
- Hver treningsgruppe skal føre oppmøteprotokoll for treningsgruppen på en slik måte at det er mulig å drive smittesporing ved behov. Oppmøteprotokoll (navn og telefonnummer) må være tilgjengelig i 10 dager etter trening/arrangement.

### Retningslinjer ved arrangementer:

- COVID 19 forskriften og Folkehelseinstituttets retningslinjer må følges. Alle arrangører må planlegge sitt arrangement i forhold til disse. [Les mer på folkehelseinstituttet sin hjemmeside.](#)

#### Dette gjelder den 12. august 2020:

- Det tillates arrangementer med inntil 200 personer, der deltakerne kan holde minst en meter avstand til hverandre (merk unntak fra 1 meters regel nevnt over) og hvor det er en ansvarlig arrangør. Dette gjelder alle typer idrettsarrangementer.
  - Med idrettsarrangement menes stevne, cup og kamp, men ikke organisert trening eller treningskamper.
  - Med inntil 200 personer menes deltakere, tilskuere, eventuelle foresatte/søsken/ledsagere og andre som er tilstede uten å ha oppgaver knyttet til gjennomføringen av arrangementet. Ansatte eller oppdragstakere som står for gjennomføringen av et arrangement regnes ikke som en del av deltakerantallet ved arrangementet.
- Smittevernplan skal foreligge og det skal gjennomføres grundig analyse for arrangementets innvirkning på smittevern når det gjelder lokalmiljøet og offentlig transport til og fra arrangementet.
- Arrangøren er ansvarlig for:
  - å ha oversikt over hvem som er til stede for å kunne bistå kommunen ved en eventuell senere smitteoppsporing. Dersom det for å finne tilbake til deltakerne er nødvendig å nedtegne en egen oversikt over de tilstedeværende med kontaktopplysninger, skal denne slettes etter 10 dager.
  - å iverksette tiltak som bidrar til at syke ikke deltar på arrangementet.
  - å følge relevante standarder om smittevern.
  - å tilrettelegge for at avstandskrav og smittevern kan følges under hele arrangementet.

