

An aerial photograph of a green football field with white markings, situated in a valley. To the left of the field is a large, dark-roofed building, likely a sports hall. The background features rolling hills covered in dense forest with autumn-colored trees. A body of water is visible on the far left. The entire image is framed by a blue border with a white diamond shape in the center containing the club's logo.

1962  
KALANDSEID  
I.L.

# Koronaveileder For fotballtrenere og frivillige i KIL

P r . 1 8 . 0 5 - 2 0 2 0



## **Instruks for organisert fotballtrening:**

**1: trenerne må vite nøyaktig hvem som kommer, alle må gi beskjed i god tid.**

**2: alle må vaske hender før trening, antibac skal være tilgjengelig under trening.**

**3: Barna deles inn i faste grupper ,helst etter alder, Max 19+1 voksen.**

**OBS! Maks 10 spillere pr. gruppe for aldersgruppen 6-9 år**

**4: Trenerne bør legge ut dagens øvelser i spond slik at barna er forberedt.**

**5: En voksen person har ansvar for å levere ut baller, sette ut kjepler og samle dette sammen igjen. Vedkommende må også vaske dette (kan være en forelder som deltar/hjelper til)**

**6: Banekart/fordeling henges opp/sendes ut i spond slik at hver lille gruppe går til sin plass og venter der på beskjed**

**Viktig!**

**Fotballen kan berøres med hendene!  
Keeper MÅ bruke hansker!**

**7: Treningstidene i barnefotballen reduseres til 45 minutter. Det er også mulig å differensiere når de ulike gruppene begynner (eks 5 min intervall slik at alle ikke kommer samtidig)**

**8: avhengig av hvor mange grupper det er må foreldre (1fast person) delta på trening slik at det er 1 voksen i hver barnegruppe**

**9: den voksne som er ansvarlig i gruppen har også ansvar for at barna går ned på avtalt møtested når treningen er ferdig og ikke blir værende på/rundt banen.**

**10: alle må vaske hender når de kommer hjem**

Alle baller, kjepler og annet utstyr skal vaskes før og etter trening. Det vil bli satt fram trykksprøyte med såpe og slange til vann. De som vasker skal bruke engangshansker som ligger tilgjengelig. Vi ønsker at ballene og utstyret ikke lagres i ballboden. Er annet ikke mulig må det være 1 fast person som henter utstyret fra boden. Kun 1 om gangen i ballboden.

**På dagtid er det Kaland skole som kan bruke banene.  
På ettermiddag/kveldstid er det KIL som disponerer  
fotballbanene.**

Når det ikke er organisert aktivitet på banene kan andre bruke banene så lenge smittevernreglene overholdes. Ved brudd på reglene vil banene bli stengt, uten forutgående varsling. Vi minner om at det er et foreldreansvar å forklare, veilede og følge opp sine barn. Kommunen og idretten har ikke ressurser til å følge opp anleggene døgnet igjennom.

**Vi minner om de generelle reglene – uavhengig av aktivitet:**

1. Maksimalt 20 personer samlet
2. Hold 1 meters avstand
3. Unngå bruk av felles utstyr
4. Følg generelle hygieneråd

11'er banen Blir merket i soner.  
Dette tilpasses antall spillere.



Det er viktig at foreldre snakker med barna om oppførsel og følger godt opp i forhold til håndvask og sykdom. Når det er trening er det ikke mulig å drive med uorganisert aktivitet.

Det er ikke lov å spytte på banen.

De som er syke skal ikke på trening og retningslinjer angående isolasjon og karantene gjelder.

Det vil kreve litt innsats fra både trenere/foreldre og barn, men med godt samarbeid er det mulig ☺

Hilsen Hovedstyret i KIL.



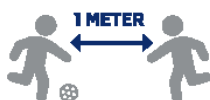
# FOTBALLENS KORONAVETTREGLER



Det bør være **en leder**  
til stede per gruppe.



Antall spillere per gruppe:  
**6-9 år:** maks 10 stykker  
**10 år og eldre:** maks 20 stykker



Alltid **en meters**  
**avstand** eller mer.



Det er **ikke tillatt** med aktiviteter hvor  
**spillerne kjemper om ballen** eller på annen  
måte er i fysisk nærkontakt med hverandre.



Ballen bør **rengjøres**  
**mellom hver økt.**



**Kjeglere og annet utstyr** bør rengjøres  
før og etter hver treningsøkt.



**Felles garderobes**  
skal ikke benyttes.



Husk **gode hygienrutiner** i forbindelse med  
**aktiviteten**, god tilgang på Antibac og rutiner for  
grundig vask av hender, før og etter aktiviteten.

***Kontaktpersoner i KIL:***

***Daglig leder Erik Tonheim tlf.96626546***

***Nestleder Mariann Aadland tlf. 41270284***

***Mail: [post@kalandseid.no](mailto:post@kalandseid.no)***

***w w w . k a l a n d s e i d . n o***