

## **Guidelines for afvikling af aktiviteter**

### **Før træning**

- Sundhedsmyndighedernes anbefalinger følges.
- Det anbefales, at man slet ikke møder til træning, hvis man selv har symptomer på Covid19-sygdommen eller bor sammen med eller har været i kontakt med en person som er testet positiv.
- Ingen træning for personer i risikogrupper uden myndighedsgodkendelse.
- Alle møder omklædt til tiden (ikke før) og går direkte til deres træningsgruppe.
- Kun træneren har adgang til boldrum og skal alene tage bold og kegler ud.
- Der vælges et sæt bolde og kegler, som kun må bruges af den enkelte gruppe.
- Det er ikke tilladt at bruge overtræksveste.
- Der må max trænes i grupper af maksimum 10 personer inklusive voksne, og der må ikke skiftes ud i grupperne under træningen.
- Drikkedunke skal medbringes fyldte hjemmefra og må ikke deles med andre.
- Alle spillere og trænere vasker hænder/spritter hænder af, hjemmefra inden de kommer til træning.
- Der er opstillet sprit-dispensere ved bl.a. spillerindgangen.

### **Under træning**

- Der skal altid være én træner eller voksen til stede pr. gruppe
- Der skal så vidt mulig holdes 1 meters (eller 2 meter ved kraftig udånding) afstand til hinanden under hele træningen og ved samlinger.
- Der opfordres til aktiviteter, som kan gennemføres helt uden fysisk kontakt.
- Under træning er det kun den ansvarlige, der må flytte kegler og mål.
- Der må ikke heades til bolden og heller ikke tæmmes med bryst
- Der må IKKE bruges hænder i træningen med undtagelse af målmanden, der skal bruge EGNE handsker, som skal være vasket af før træning.
- Der må ikke skiftes ud i grupper under træning.
- De enkelte grupper skal holdes separate og må ikke blande sig med hinanden under træning.

### **Efter træning**

- Alle forlader træningen lige efter den er slut. Anlægget skal forlades alene, ikke i grupper. Trænerne skal være særlig opmærksom ved skiftet mellem træningshold.
- Træneren vasker alle rekvisitter af med vand og sæbe, hvis de skal bruges igen inden for 3 døgn.
- Hvis en spiller eller en leder får symptomer på sygdom, og får konstateret COVID-19, skal klubben, trænere og medspillere orienteres om dette.

### **Generelt.**

Klubhuset, omklædningsrum og toiletter er lukket for alle andre end trænere.

Forældre og tilskuere må ikke opholde sig på anlægget. Det betyder at hvis forældre aflevere spillere skal det foregå uden for anlægget.

Der vil være spande, børster og sæde i boldrummet, som kan benyttes til at afvaske bolde og kegler efter træning.

Der er opstillet sprit dispensere ved spillerindgangen.

Der er i baneplanen lavet 15 min. imellem skift af træningstid. Det er vigtigt at træningstiden ikke overskrides så der er plads til næste gruppe.

Der vil være behov for øget informationsniveau mellem spillere og trænere. Så trænere ved hvilke spillere der kommer til træning. Spillere inden træning, ved hvilken gruppe og træningsbane de skal være på.

Særligt for de yngre årgange:

Der er en række begrænsninger som skal tages med i overvejelserne om opstart nu eller om det giver mere mening at vente til efter sommerferien.

- Forældre ikke må være på anlægget til at vise vej, trøste eller støtte op.
- Trænere skal overholde afstandskrav, hvilket kan give en begrænsning i trøst, støtte og hjælp.
- Der må ikke være kropskontakt, kampspil eller berøring af bold med hænder.