



Oppstart av organisert aktivitet i klubben fra uke 20.2020

(Endret iht gjeldende regelverk 15.05.2020)

Dette dokumentet skal være beskrivende for hvordan spillere, trenere og andre personer i og rundt Tverrelvdalen Idrettslag 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 eller enkeltspillere, uansett alder, ikke evner å overholde reglene skal disse avbryte treningen og aktiviteten stoppes for de aktuelle personene/gruppene

Trener for hvert lag skal signere et egenerklæringskjema før det kan gis tillatelse til å starte opp med trening. En person (kan være treneren) har smittevernsansvar, og har hovedansvar for at alle rutiner følges. Smittevernansvarlig skal informere spillere (og evt. foreldre) om gjeldende smittevernregler før økta starter. Baller og kjebler administreres av smittevernansvarlig, det samme gjelder registrering av treningsoppmøte; det skal noteres ned navn og kontaktinfo; dette er viktig i tilfelle smittesporing blir nødvendig. Utstyr og baller skal vaskes/desinfiseres etter bruk. Klorinblanding (sprayflaske) til baller og utstyr og Antibac til hender er satt i bua på bana)

Garderober og toaletter vil være avstengt og utilgjengelig under treningene. Spillerne må derfor komme ferdig skiftet til trening. Spillere og trenere skal desinfisere hendene med desinfeksjonsvæske før og etter 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.

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

Vi har gjort Gammelbana «Sparebank 1 Stadion» tilgjengelig for trening. All organisert trening skal skje på denne banen. P.t. er det maksimalt 20 spillere som kan trene samtidig på hver halvdel av banen, og det skal være minst 1 meters avstand mellom hver person. Det skal være de samme gruppene gjennom hele perioden.

Det henger informasjon ved inngangen til bana.

Kontaktpersoner: Leder Fotballgruppa: Øyvind Heimstad telefon 91557645. Spørsmål knyttet til koronasituasjonen: Bente Opgård telefon 41579976

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.
- Bytte av treningsgruppe skjer med minst en meters avstand blant spillerne. Det er lagt inn 15 minutter mellom hver gruppe som alle skal respektere.

UNDERVEIS I TRENINGEN:

- Alle spillere som deltar på treningen, må holde seg i sin sone med minst en meters avstand til andre spillere.
- Maks 20 personer i hver gruppe inkl. trener. På de yngste lagene (6-9 år) må det være mindre grupper (maks 10 stk) slik at man har oversikt. Foreldre må belage seg på å være mye mer delaktig enn tidligere for at forsvarlige treninger kan gjennomføres.
- Det er ikke tillatt med øvelser der det er kamp om ballen.
- Kjebler, mål og annet utstyr håndteres av smittevernansvarlig gjennom treningen.
- Spillere tar med egen refleksvest.
- Drikkepauser skal også gjennomføres i henhold til avstandskravet på 1 meter
- All spyting er forbudt.

ETTER TRENING:

- Når trening avsluttes, skal banen forlates i henhold til avstandsregler.
- Spillerne skal raskest mulig komme seg hjem for å ivareta hygienetiltak.
- Alt utstyr som er benyttet skal vaskes/ desinfiseres.

MÅLVAKTER:

- Keepere skal bruke egne keeperhansker — og
- keeperen skal verken spytte i hanskene eller ta seg i ansiktet før, under eller etter aktiviteten.

