

# Fodboldens corona-regler

## Faciliteter

- Der gøres ikke brug af klubbens bade- og omklædningsfaciliteter.
- Der gøres ikke brug af klubbens klublokaler.

## Guidelines for afvikling af aktiviteter

### Før træning

- 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.
- 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, inden de går til træning.

### Under træning

- Der skal altid være mindst én træner eller voksen til stede pr. gruppe
- Der skal så vidt mulig holdes 2 meters 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 må ikke forlades i større grupper. Trænere skal være særlig opmærksom ved skiftet mellem træningshold.
- Træneren vasker alle rekvisitter af med vand og sæbe eller sprit.
- Hvis en spiller eller en leder får symptomer på sygdom, og får konstateret COVID-19, skal klubben orienteres om dette.

# Fodboldens corona-regler



**Symptomer? Bliv hjemme!**  
Mød ikke op til træning, hvis du har symptomer på Covid19. Det gælder også, hvis du bor sammen med, eller har været i kontakt med en person, der er testet positiv.

**Maks. 10 - én skal være træner**  
Der må maks. trænes i grupper af 10 personer inkl. en træner. Der må ikke skiftes ud i grupperne under træningen. Der skal altid være én træner eller voksen til stede pr. gruppe.

**Sprit af**  
Alle skal vaske eller afspritte hænder, inden træningen går i gang. Alle materialer skal rengøres efter træningen.

**Hold afstand**  
Der skal holdes 2 meters afstand til hinanden under træning og ved sætninger.

**Ingen hænder**  
Brug ikke hænder under træningen. Målmanden er undtaget, men skal bruge egne handsker, som er vasket inden træning.

**Ingen hovedstød og brysttæmning**  
Hovedstød er forbudt, og bolden må ikke tæmmes med brystet.

