

### **Organisasjonsleddet må følge anbefalingene fra offentlige myndigheter**

- Alle typer idrettsaktiviteter må utføres på en måte som sikrer at Helsedirektoratets anbefalinger om avstand mellom personer og samling i gruppe overholdes.
- Det skal ikke utøves idrettsaktivitet hvor mer enn 50 personer samles i gruppe og fysisk avstand mellom personer på minst 1 meter ikke kan overholdes.
- Det skal ikke utøves idrettsaktivitet som innebærer risiko for smittespredning på grunn av bruk av felles utstyr eller garderober.

### **Personer som ikke får delta i eller fysisk tilrettelegge for aktiviteter**

- Personer som er smittet av korona, sitter i karantene eller som har symptomer på luftveisinfeksjon, som feber, sår hals, rennende nese, hoste eller nedsatt allmenntilstand.
- Personer som ikke følger de instruksjoner organisasjonsleddet gir for utøvelse av aktiviteten.

### **Ved tilrettelegging og utøvelse av all idrettsaktivitet gjelder følgende:**

- All organisert idrettsaktivitet må ha en ansvarlig arrangør.
- Det må sikres at utøvere, publikum og øvrige deltakere til enhver tid holder minst 1 meter avstand, og det ikke er mer enn 50 personer som deltar i en gruppe.
- Aktivitet med fysisk kontakt er ikke tillatt.
- Ved aktiviteter for barn og unge, skal det være en voksenperson til stede som kan sørge for at aktiviteten utøves i samsvar med krav og anbefalinger fra offentlige helsemyndigheter og særrettslige koronavettregler.
- Det skal ikke brukes fellesgarderobere/fellesdusjer.
- Dersom det skal benyttes toaletter må det være gode rutiner for hyppig renhold.
- Ved kiosksalg eller servering må [helsemyndighetenes smittevernstiltak](#) følges, og det bør oppfordres til bruk av kontantløse betalingsløsninger.
- Deltakerne skal ikke dele utstyr dersom dette innebærer risiko for smittespredning.
- Det skal være gode hygienerutiner i forbindelse med aktiviteten, f.eks. god tilgang på Antibac og rutiner for grundig vask av hender, klær og idrettsutstyr før og etter aktiviteten.
- Aktiviteten bør utøves på en forsiktig og skånsom måte for å unngå skader.
- Deltakerne bør oppfordres til å benytte alternativer til kollektivtransport i forbindelse med reise til og fra idrettsaktiviteten.

### **Ved gjennomføring av idrettsarrangementer gjelder følgende:**

- Arrangementer kan avholdes utendørs og innendørs for inntil 50 personer, forutsatt at det er mulig å holde minst én meter avstand mellom alle som ikke er i samme husstand. Ved innendørsaktiviteter skal det være gode rutiner for renhold av alle berøringsflater, toaletter mm.
- Alle tilstedeværende på et arrangement skal ha enkel tilgang på håndvask, Atibac eller liknende.
- Arrangementer skal ha en ansvarlig arrangør som skal ha oversikt over hvem som er tilstede. Der flere organisasjonsledd samarbeider om et arrangement skal det være avklart på forhånd hvilket organisasjonsledd som skal være den ansvarlige arrangør.

- Det skal være en ansvarlig arrangør som har oversikt over alle som er tilstede. Det skal utarbeides deltakerlister for utøvere, trenere, dommere, funksjonærer og annet støttepersonell.
- Arrangøren har ansvar for at publikum overholder smittevernsbestemmelsene, og kan bortvise publikum ved brudd på disse.