

Retningslinjer for bruk av kommunale haller, gymsaler og tilhørende garderober!

Disse retningslinjene tar utgangspunkt i retningslinjene til Trondheim kommune.

Til enhver tid gjelder smittevernets «Gylne Treenighet» og generelle smittevernråd fra FHI:

1. Om du føler deg syk – hold deg hjemme – alltid.
2. God hånd- og hostehygiene skal praktiseres – alltid.
3. Hold avstand og unngå nærkontakt utenfor trening og kamp – alltid.

Husk at alle skal følge 1-meters regelen – til enhver tid – med unntak av aktive i oppvarming og trenings-/kampaktivitet.

GENERELT

- ✓ Idrettene må forholde seg til helsemyndighetenes føringer, NIF og særforbunds koronavettregler.
- ✓ Gymsalene åpnet opp for trening fra 1. september.
 - Det vil være redusert tilgang til andre arealer og fellesareal. Det skal være minst 1 meters avstand mellom personer i fellesareal.
- ✓ Brukerne er ansvarlig for at smitterådene følges.
- ✓ Trener:
 - Registrerer oppmøte i hallen i grønn loggbok i vaktbua.
 - Holder oppmøteprotokoll.
 - Leverer navnelister med telefonnr. over hvem som trener til tilsynsvakta FØR treningen starter. SPOND innkalling til treninger godkjennes også, samt kamprapporter for spillere, trenere og dommere ved kampavvikling
 - Holder navnelisten i 14 dager før den makuleres.
- ✓ ALLE brukere vasker hender ved inn/utgang av hallen.
- ✓ Treningsgruppene:
 - MÅ selv sørge for renhold av utstyr før, under og etter trening.
 - MÅ selv holde desinfeksjonsmiddel for renhold av utstyr.
 - MÅ rydde rengjort utstyr på plass etter bruk.
- ✓ Tilsynsvakter:
 - Holder navnelister i 14 dager før de makuleres.
 - Siden idrettshallene holdes låst til enhver tid slipper tilsynsvakten treningsgruppene inn/ut av hallen ved start/slutt. VIKTIG at brukerne møter til oppsatt tid og forlater hallen raskt slikt at ny gruppe kan slippes inn.

GARDEROBER

- ✓ NB! Garderobene i gymsaler holdes stengt, mens garderobene i idrettshallene åpnes.
- ✓ Brukerne MÅ holde minst 1 meters avstand, i henhold til smitteforebyggende tiltak.
- ✓ Tøy skal gå fra bag til kropp – IKKE henges opp.
- ✓ Trondheim kommune rengjør garderobene 1 gang om dagen på hverdager.
- ✓ Brukerne av garderobene må selv stå for renhold før og etter bruk.
 - Utstyr til vask står i garderobene.
 - Gulvet vaskes med mopp og vann FØR bruk.
 - Benker, knagger samt andre berøringspkt og overflater vaskes med klut og desinfeksjonsmiddel FØR bruk.
 - BRUKTE mopper og kluter skal rett i egen bøtte – brukes bare en gang.
 - Garderoben vaskes også ETTER bruk.
 - Minimum 1 meters avstand – ved inn/ut av garderoben, ved omklodning og ved dusjing.

TRENING

- ✓ Kun tilgjengelig for faste treningsgrupper.
- ✓ Barn og unge opp til 21 år kan trene med mindre en 1 meters avstand – men unntaket gjelder kun innad i faste treningsgrupper.
- ✓ Utøvere eldre enn 21 år tilrettelegger og utøver idretten slik at 1 meters regelen overholdes.
- ✓ NY gruppe som skal trene skal IKKE gå inn i hallen før de som har trent har forlatt hallen.

ARRANGEMENT OG KAMPER

- ✓ Det tillates arrangement /kamper med inntil 200 personer, der deltakerne holder minst 1 meters avstand, og hvor det er ansvarlig arrangør.
 - Gjelder IKKE vanlige seriekamper.
 - Antall personer er avhengig av hallenes kapasitet og kan variere fra hall til hall.