

FODBOLDENS CORONA-REGLER, GENÅBNING EFTER CORONA-KRISE, 2020

INDHOLD

Intro	1
Guidelines til klubbens bestyrelse	2
Ved sygdom	3
Generelle retningslinjer	5
Guidelines for afvikling af træning	5
Guidelines for afvikling af kampe og stævner	7
Særlige retningslinjer for tilskuere	8
Særlige retningslinjer omkring indendørs fodbold	9
Grafik: Regler for inddeling af baner	12
Grafik: Fodboldens corona-regler	13

Intro

Dette notat og protokol giver overblik over DBU's holdning og tilgang – samt konkrete retningslinjer til brug i særligt breddeklubberne.

DBU følger myndighedernes anbefalinger, så vi fortsat mindsker risikoen for smittespredning. Vi har stort fokus på at spille fodbold ansvarligt, og derfor skal retningslinjerne nedenfor følges.

Fodboldens opdaterede Corona-regler tager udgangspunkt i myndighedernes generelle anbefalinger samt i de offentliggjorte retningslinjer fra Danmarks Idrætsforbund. Denne protokol opdateres løbende i nye versioner, når der kommer nye retningslinjer fra relevante myndigheder.

OBS: Fodboldens Corona-regler tager udgangspunkt i myndighedernes landsdækkende retningslinjer. Hvis der er udstukket særlige lokale/regionale/kommunale retningslinjer, er det selvfølgelig disse, der skal følges.



Guidelines til klubbens bestyrelse

For at klubbens trænere, spillere og forældre kan føle sig trygge, skal følgende gælde:

- ✓ Klubben holder sig opdateret på relevante anbefalinger fra myndighederne og Fodboldens Corona-regler og sikrer, at klubbens aktiviteter lever op til disse.
- ✓ Klubben skal sikre tydelig skiltning med Fodboldens Corona-regler på anlægget.
- ✓ Fodboldaktiviteter igangsættes kun, hvis klubbens bestyrelse er tryk ved, at aktiviteterne udøves med afsæt i Fodboldens Corona-regler.
- ✓ Bestyrelsen skal beslutte, at aktiviteten kan opstartes og skal løbende følge og evaluere organiseringen og eksekveringen samt monitorere, hvem der deltager i træning og kamp, da dette skal bruges til eventuel smitteopsporing.
- ✓ Klubhuse med salg af mad og drikke følger retningslinjerne for restaurationsbranchen. [Læs mere om disse her.](#)
 - Pr. 29. oktober skal der bæres mundbind i offentligt tilgængelige lokaler indendørs, så længe man ikke sidder ned. Vi anbefaler tydelig skiltning, så man ved, at man skal bære mundbind i jeres klubhus. Der gælder samme undtagelser for brug af mundbind som i kollektiv transport (fx børn under 12 år m.fl. Kilde: <https://coronasmitte.dk/nationale-tiltag/mundbind-og-visir>).
 - Det anbefales, at caféområdet er tydeligt afmærket og adskilt fra fodboldanlægget, hvis caféområdet har et udendørs areal.
- ✓ Der skal sikres grundig rengøring af fælles kontaktpunkter og laves en plan for rengøring og desinfektion af kontaktpunkter såsom udendørs håndtag, vandhaner osv. Kontakt eventuelt kommunen herom.
- ✓ Klubbens bade- og omklædningsfaciliteter kan bruges, hvis det lokalt er tilladt at holde dem åbne, og hvis retningslinjerne for rengøring følges, og hvis de kan indrettes sådan, at kødannelse undgås. Der skal være minimum 4 kvadratmeter pr. person i omklædningsrum. Krav om mundbind indendørs gælder ikke i selve omklædningsrummet.

Klubben anbefales at:

- ✓ Der er en Corona-vejleder på anlægget, der kan sikre overholdelse af Fodboldens Corona-regler.
- ✓ Etablere et trænerforum, hvor koordinering sikres mellem bestyrelsen og trænere/frivillige.
- ✓ Lave forskudte træningstidspunkter, således at større forsamlinger og unødige interaktion ved skifte undgås.

Ved sygdom

- ✓ Personer som er testet positiv eller har symptomer på COVID-19, må ikke møde til kamp eller træning.
 - Hvis en person er testet positiv og har haft symptomer, er man smittefri og kan ophæve selvisolationen 48 timer efter, at symptomerne er forsvundet. Tab af smags- og lugtesans kan dog vare i længere tid, uden at man regnes for at være smitsom. Man kan derfor godt ophæve selvisolationen, hvis dette er det eneste tilbageværende symptom.
 - Hvis en smittet person ikke har haft symptomer, er man smittefri og kan ophæve selvisolationen 7 dage efter, at man fik taget testen.
- ✓ Personer, som kan defineres som 'nær kontakt' til en smittet person, skal følge Sundhedsstyrelsens anbefalinger for "nære kontakter". [De kan findes her](#).
- ✓ Du vil typisk få besked om, at du er nær kontakt ved at blive ringet op af Coronaopsporingen, som hjælper smittede personer med opsporing af nære kontakter. Du kan også blive kontaktet direkte af en person, du kender, som er blevet testet positiv, og som du har været i nærkontakt med. Er du i tvivl, om du skal betragte dig selv som 'nær kontakt', kan du kontakte den myndighedsfælles corona-hotline på telefon: 70 20 02 33.
- ✓ Ifølge Sundhedsstyrelsen er man 'nær kontakt' hvis man har været tæt på en smittet person, i en af følgende perioder:
 - A. Smittet person med symptomer: Fra 48 timer før personens symptomer startede og indtil 48 timer efter, at personens symptomer stoppede.
 - B. Smittet person uden symptomer: Fra 48 timer før personen fik taget testen til 7 dage efter.

Hvis man ikke har været tæt på den smittede person i en af de to perioder, er man ikke en nær kontakt, og man skal ikke gøre mere. Hvis man har været tæt på en smittet person i en af de ovennævnte perioder, er man en nær kontakt, hvis man samtidigt opfylder mindst et af følgende kriterier:

- Man bor sammen med en smittet person
- Man har haft direkte fysisk kontakt (f.eks. ved kram) med en smittet person, eller ubeskyttet og direkte kontakt til sekreter fra en smittet person (f.eks. blevet hostet eller nyst på af en smittet person eller rørt ved personens brugte lommeørklæde eller mundbind m.v.)
- Man har i mere end 15 sammenhængende minutter været tæt på en smittet person inden for 1 meter (f.eks. ved samtale)
- Man har i mere end 15 sammenhængende minutter været sammen med en smittet person inden for 2 meters afstand i en af nedenstående situationer:
 - Aktiviteter med kraftig udånding, f.eks. sang, høj tale eller råb
 - Aktiviteter der indebærer fysisk anstrengelse, f.eks. fodboldtræning eller -kamp.
 - Ophold i lukkede rum med dårlig ventilation

- ✓ Hvis man er 'nær kontakt' til en smittet person, kan man ikke vide, om man er smittet, og derfor skal man opføre sig som om, man er smittet, indtil man har fået et negativt testresultat.
- ✓ Hvor mange, der skal i karantæne, når en person bliver testet positiv for COVID-19 afhænger af, om der er tale om nære kontakter eller ej (se definition ovenfor og følg smitteopsporingens vejledninger). Det er ikke som udgangspunkt muligt at give en generel retningslinje om, hvor mange på holdet, der skal opføre sig som nære kontakter, da det fx blandt andet afhænger af den afstand, man har holdt til hinanden.
- ✓ Hvis man ikke direkte kan defineres som nær kontakt, kan man være det, som Sundhedsstyrelsen kalder 'anden kontakt'. I sådanne tilfælde skal man testes hurtigst muligt, en såkaldt screeningstest. Det vil typisk være i de situationer, hvor kriterierne for at være nær kontakt ikke er opfyldt, men hvor der grundet andre risikofaktorer kan være øget risiko for smittespredning. Det er fx i situationer, hvor man er usikker på, om der er blevet holdt nok afstand, og den ene er blevet testet positiv. Som anden kontakt skal man booke tid til én test på coronaprover.dk hurtigst muligt, og behøver ikke gå i selvisolation.

Hvis et medlem i klubben konstateres smittet og vedkommende har deltaget i aktiviteter, anbefales klubben at gøre følgende:

- ✓ Skab overblik over situationen:
 - I skal vide, hvornår symptomerne hos medlemmet er opstået.
 - I skal finde ud af, om det givne medlem er den eneste fra klubben med symptomer, eller om flere medlemmer har oplevet/oplever det samme.
 - I skal finde ud af, om smitten kan være sket i forbindelse med en aktivitet i klubben.
- ✓ Kommuniker åbent og hurtigt. Vælg gerne en person, der er ansvarlig i sagen (fx formanden eller en fra bestyrelsen). Det skal være en, som alle i klubben kan kontakte, hvis de har spørgsmål, og som kan stå for den nødvendige information til alle relevante personer.
- ✓ Skriv ud til alle medlemmer, at der er et smittet medlem i klubben. Hvis medlemmet for eksempel har deltaget i aktiviteter i klubben, kort før symptomerne er opstået, bør det også stå i beskeden.
- ✓ Nævn ikke medlemmet der er smittet ved navn (dette af hensyn til overholdelse af GDPR (Persondataforordningen)).
- ✓ Opfordr alle medlemmer til at holde øje med eventuelle symptomer.
- ✓ Ud fra et forsigtighedsprincip kan det også overvejes, om aktiviteter for holdet med potentielt flere smittede skal indstilles, indtil der er kommet klarhed over situationen.
- ✓ Hvis det smittede medlem har deltaget i et stævne eller en kamp, skal I sørge for at modstanderholdet og dommeren/dommerne bliver informerede om, at én eller flere i kampen er smittede.
- ✓ Hold løbende kontakt med det smittede medlem og sørg for, at vedkommende får den støtte fra klubben han eller hun har brug for igennem forløbet.

Generelle retningslinjer

- ✓ Sundhedsmyndighedernes anbefalinger skal altid følges.
- ✓ Spillere og frivillige i en risikogruppe skal være ekstra opmærksomme ift. deltagelse i aktiviteter i fodboldklubben.
- ✓ Kun træneren har adgang til boldrum og skal alene tage bolde og kegler ud til træning og kamp.
- ✓ Træneren vasker alle rekvisitter af med vand og sæbe efter brug.
- ✓ Bruges der overtræksveste, skal disse vaskes efter brug.
- ✓ Drikkedunke må ikke deles med andre.
- ✓ Der må ikke være fælles håndklæder.
- ✓ Alle vasker hænder/spritter hænder af, inden træning/kamp starter. Det anbefales, at der i klubben er mulighed for at spritte hænder af.
- ✓ Alle forlader fodboldanlægget efter træningen/kampen er slut.
- ✓ Der må ikke arrangeres træningslejre med overnatning.
- ✓ I denne tid bør alle sociale aktiviteter i forbindelse med idrætsaktiviteter aflyses.

Guidelines for afvikling af træning

Før træning

- ✓ Der vælges et sæt af bolde og kegler, som kun bruges af det enkelte hold under træningen.

Under træning

- ✓ Der skal altid være én træner eller voksen til stede pr. gruppe.
- ✓ Vær altid opmærksom på at overholde det gældende forsamlingsforbud under træningen.
- ✓ Det anbefales, at hovedstød begrænses mest muligt under træning.

- ✓ Det anbefales, at boldkontakt med hænderne begrænses mest muligt under træning med undtagelse af målmanden, der skal bruge EGNE handsker, som skal være vasket af før træning.
- ✓ Det anbefales, at træningen tilrettelægges, så man kun har sporadisk kropskontakt.
- ✓ Grundet forsamlingsforbuddet må der ikke skiftes ud mellem grupper under træning, og grupper skal holdes separate, da der ellers er risiko for at samles mere end det gældende forsamlingsforbud tilskriver.
- ✓ Sammen med børn og unge op til og med 21 år må der deltage *de nødvendige* voksne over 21 år til at afvikle aktiviteten forsvarligt. Disse voksne tæller dog med under det gældende forsamlingsforbud. En tommelfingerregel er, at de voksne, som var nødvendige for at gennemføre idrætsaktiviteten før restriktionerne, også må forventes at være nødvendige, efter restriktionerne er blevet indført.

Hvis klubben tillader tilskuere til træning, er det vigtigt, at det er meget tydeligt, hvilken "gruppe"/træningshold disse tilskuere hører til. De skal opholde sig *siddende* i et afgrænset tilskuerareal, som ikke er for tæt (mindre end to meter) på en anden træningsbane, hvor en anden gruppe træner. Læs mere om regler for tilskuere på side 8 og 9 i denne protokol.

Træningsprogrammer

- ✓ DBU og DBU Bredde udsender træningsprogrammer til børne- og ungdomstrænere og klubber, som er tilpasset de nuværende retningslinjer fra sundhedsmyndighederne.

Retningslinjer til antal træningsgrupper og spillere pr. bane:

Alle træningssessioner skal iagttage det gældende forsamlingsforbud. Det vil sige, at en træningsgruppe inkl. træner ikke må overstige antallet i det gældende forsamlingsforbud.

Hvis man udnytter større arealer, hvor flere kan træne i forskellige grupper på det samlede areal samtidigt, må grupperne ikke samles, ej heller selv om de kan opretholde mere end 2 meters afstand. Grupperne må på intet tidspunkt blandes eller have noget med hinanden at gøre. Der må fx heller ikke være én træner, der styrer to træningsgrupper samtidigt.

Vi anbefaler, at fodboldanlægget indrettes i zoner. Dette gøres lokalt i foreningen eventuelt i samarbejde med kommunen. Der skal være minimum 4 kvadratmeter pr. person. Der må maksimalt være det antal personer i en zone inklusive træner/leder som det gældende forsamlingsforbud foreskriver.

Banemål:

- 11-mands bane = 105x68
- 8-mands bane = 68x52,5
- 5-mands bane = 40x30
- 3-mands bane = 21x13

Banerne skal være tydeligt afmærket, og der skal være klar afstand (minimum 2 meter) mellem hver bane – dette gælder hele vejen rundt. Det er vigtigt, at der er tilstrækkelig stor afstand mellem banerne til, at grupper på forskellige baner ikke kommer i nærheden af hinanden, så der ikke er risiko for at bryde reglerne om forsamlingsforbuddet. Det er den enkelte forening, der selv sørger for at vurdere og har ansvaret for at etablere tilstrækkelig afstand. Vær i øvrigt særligt opmærksomme på afstande mellem træningsgrupper, hvis I tillader tilskuere under træning.

Det er fx tilladt at opdele en 11 mandsbane i fire 5-mandsbaner. Dette gælder også kunstgræsbaner.

Til afmærkning kan anvendes kegler, toppe, snor, kridt eller anden tydelig markering, som klart afgrænser banen/zonen.

Hvis der opholder sig personer i "buffer-zonerne" rundt om de afmærkede baner, kan anlægget risikere at blive opfattet som ét stort område med for mange mennesker forsamlet, så sørg for en meget tydelig afmærkning og en klar henvisning til, hvor tilskuere kan befinde sig *siddende*, hvis de tillades adgang.

Guidelines for afvikling af kampe og stævner

- ✓ Kampe og stævner kan afvikles, hvis det kan lade sig gøre under det gældende forsamlingsforbud
- ✓ Der skal laves to særlige afmærkninger i tilknytning til kampbanen, der tydeligt viser, hvor trænere og udskiftere skal opholde sig (Læs: udskiftningsområder til trænere og udskiftere – se grafik nedenfor)
- ✓ Opvarmning for udskiftere kan foregå i de opmærkede udskiftningsområder eller i umiddelbar tilknytning dertil. Evt. på en tom opmærket bane. Man må ikke kunne opfattes som en del af en anden gruppe på anlægget.
- ✓ Der må ikke indtræde nye hold på det afmærkede område, før alle har forladt området.
- ✓ Der må gerne afvikles to stævner på samme fodboldanlæg, men det skal være separate stævner, og de skal være tydeligt adskilt fra hinanden.

- ✓ Ved afvikling af stævner gælder samme regler som ved afvikling af enkeltkampe. Dog må det samlede deltagerantal i en stævnegruppe ikke overstige det gældende forsamlingsforbud. (Et eksempel ved et forsamlingsforbud på 50: 5 hold ved et 5-mandsstævne med 7 spillere og to trænere = 45 personer (herudover er der plads til i alt 5 dommere og frivillige, før grænsen på de 50 er nået)).
- ✓ Et fodboldstævne kan afvikles i flere stævnegrupper, så længe stævnegrupperne behandles som separate stævner. Det betyder, at der fx kan afvikles kampe for en stævnegruppe fra kl. 10.00-12.30, herefter kan der afvikles kampe for en anden stævnegruppe fra kl. 13.00-15.30. Endelig kan der så afvikles kampe i en tredje stævnegruppe, hvor der gerne må være gengangerhold fra de to stævnegrupper, der er afviklet tidligere på dagen. Hvis man har deltaget i en stævnegruppe tidligere på dagen, skal man dog have forladt området, inden man kan deltage i en ny stævnegruppe senere på dagen.
Det vigtige er, at der aldrig er flere end forsamlingsforbuddet til stede på samme sted samtidig. Se formulering fra Politiet her: <https://coronasmitte.dk/nationale-tiltag/arrangementer-og-forsamlinger>
- ✓ De hold, der ikke spiller, skal opholde sig i umiddelbar nærhed af de andre hold til stævnet. De må ikke mikses med andet stævne på samme fodboldanlæg. Dommere, frivillige og andre officials må dog gerne være gennemgående og deltage i flere stævner med forskellige grupper.
- ✓ Hilsepligten før og efter kampen er afskaffet under Covid-19.
- ✓ Hvis ikke der er plads på kampbanen, skal der anvises særligt opvarmningsområde til dommeren/dommerne.

Særlige retningslinjer for tilskuere

- ✓ Ved fodboldaktiviteter er der en dispensation fra forsamlingsforbuddet i forhold til tilskuere. Her må i alt 500 personer være forsamlet, hvis nedenstående regler følges nøje. Der må dog stadig maksimalt være det antal aktive deltagere, som det gældende forsamlingsforbud foreskriver. Aktive deltagere er både trænere, spillere, og evt. dommere og officials.
- ✓ Vi gør opmærksom på, at det er klubbens ledere, der bestemmer, om der tillades tilskuere, da der skal sørges for, at nedenstående retningslinjer overholdes.
- ✓ Hvis dispensationen fra forsamlingsforbuddet benyttes, er det vigtigt, at publikum sidder ned på stole – fx på medbragte klapstole, hvis der ikke er faste siddepladser. Selv medbragte stole skal benyttes som helt faste pladser, der vender i samme retning (mod banen). Alle tilskuere skal have en fast plads under hele arrangementet. Tilskuere må kun forlade deres plads for fx at benytte toilettet. Dette er en forudsætning fra myndighedernes side, hvis dispensationen skal benyttes.

- ✓ Der skal være et tydeligt afmærket publikumsareal, og der bør opsættes konkrete vejledninger om at holde afstand i publikumsarealerne.
- ✓ Der bør sikres 1 meters afstand mellem hver tilskuer, og der må maks. være en tilskuer pr. 2 m² areal i publikumsarealet. Hvis der er faste siddepladser (fx en tribune), skal der være en stol imellem hver tilskuer.
- ✓ Hvis der er tilskuere til træning, er det vigtigt, at det er meget tydeligt, hvilken "gruppe"/træningshold disse tilskuere hører til. De skal opholde sig i et afgrænset tilskuerareal, som ikke er for tæt (mindre end to meter) på en anden træningsbane, hvor en anden gruppe træner.
- ✓ Den arrangerende klub bør have fokus på styring af publikumsstrømme og overvåge dette løbende. Især er det vigtigt at undgå omfattende køer ved indgange og til specifikke lokaler.
- ✓ Der bør være særligt fokus på styring af kapaciteten på det enkelte fodboldanlæg, herunder indføre kapacitetsbegrænsning ift. et maksimalt antal samtidige publikummer, under hensyn til tilgængeligt publikumsareal, risikoen for sammenstimling osv.
- ✓ Der bør være ansatte eller frivillige til stede, der har til opgave at forebygge opbygning af tætte forsamlinger og overholdelse af forsamlingsforbuddet.

Særlige retningslinjer omkring indendørs fodbold

Hvis der af myndighederne er åbnet for indendørs idrætsaktiviteter, kan der spilles fodbold indendørs. Ved indendørs fodboldaktiviteter gælder præcis de samme retningslinjer for udendørs træning og kamp, som ovenfor beskrevet. Vær dog særligt opmærksom på følgende retningslinjer omkring indendørs:

- ✓ Der kan afvikles indendørs fodboldtræning for både voksne og børn, hvis forsamlingsforbuddet og de generelle sundhedsmæssige anbefalinger kan efterleves på forsvarlig vis.
- ✓ Indendørs idrætsfaciliteter og lokaler kan inddeles i mindre felter med afsæt i anbefalingerne om afstand og 4 kvadratmeter gulvareal per person.
- ✓ Forskellige grupper skal holdes indbyrdes effektivt adskilt før, under og efter aktiviteten. Hvis der er flere grupper til stede i den samme hal samtidigt, skal det altså sikres, at der er tilstrækkelig afstand mellem grupperne, så de ikke udgør én samlet gruppe. Det kan fx ske ved, at området deles op i felter med klar afstand imellem hvert felt, så hver gruppe har sit eget felt.
Foreninger og faciliteter bør fastlægge, hvor mange personer der maksimalt må være til stede i det konkrete indendørsareal. Der kan ved indgangen til lokalerne opsættes informationsmateriale om dette.

- ✓ Afvikles der stævner indendørs, gælder de samme regler som beskrevet for udendørs stævner ovenfor. Dvs.:
 - Deltagerantallet i den enkelte stævnegruppe må ikke udgøre flere personer end forsamlingsforbuddet tillader (inklusive spillere, trænere, dommere og officials (tidtager og speaker = officials og skal tælle med i de 50)).
 - Et fodboldstævne kan afvikles i flere stævnegrupper, så længe stævnegrupperne behandles som separate stævner. Det betyder, at der fx kan afvikles kampe for en stævnegruppe fra kl. 10-12.30, herefter kan der afvikles kampe for en anden stævnegruppe fra kl. 13.00-15.30. Endelig kan der så afvikles kampe i en tredje stævnegruppe, hvor der gerne må være gengangerhold fra de to stævnegrupper, der er afviklet tidligere på dagen. Se formulering fra Politet her under "Må der afholdes stævner...?" <https://coronasmitte.dk/idraets-og-fritidsfaciliteter>.
 - Det vigtige er, at der aldrig er flere end forsamlingsforbuddet til stede på samme sted samtidig.
 - Efter hver stævnegruppe har spillet færdig, skal hallen tømmes helt for mennesker og rengøres, før den er klar til, at der kan indtræde en ny stævnegruppe.
 - Man kan dog godt være samlet flere stævnegrupper pr. idrætsfacilitet samtidigt, men disse må ikke blandes/krydses, og der skal derfor være meget stramme afmærkninger og tydelig adskillelse, så deltagere fra den ene gruppe ikke blandes med den anden.
- ✓ Der må gerne være tilskuere ved indendørs fodboldaktiviteter. Se retningslinjerne ovenfor. Og husk:
 - Spillere, der ikke spiller, er at betragte som tilskuere og skal derfor i alt sin væsentlighed sidde ned.
 - Antallet af personer, der kan forsamles, er, især indendørs, meget afhængigt af den enkelte facilitet, da rigtig mange haller ikke vil være store nok til, at der kan være op til 500 personer forsamlet forsvarligt. Derfor er afstanden til andre mennesker altafgørende. Hallens retningslinjer for antal tilladte personer skal altid følges.
- ✓ Pr. 29. oktober er der indført krav om mundbind på alle offentligt tilgængelige steder indendørs. Mundbind skal bæres så længe man går rundt eller står op. Det må tages af, når man sidder ned. Udøvende (spillere, trænere, dommere og officials) skal ikke bære mundbind under aktiviteten, men kun før og efter. Kravet om mundbind gælder heller ikke i omklædningsrum.

Rengøring ifm. indendørs fodbold:

- ✓ Det anbefales, at det øverste af banderne (hvor man typisk har ved med hænderne) samt målrammerne (stolper og overligger) afsprittes eller rengøres en gang pr. time dog senest efter hver endt stævnegruppe/pulje eller efter hvert træningshold. Derfor er det vigtigt, at der ikke kommer nye personer ind i hallen, før alle har forladt den, og der er sprittet af/gjort rent. Det betyder, at der skal lægges tid mellem træningsholdene/stævnerne/puljerne, så det muliggør en afspritning/rengøring.

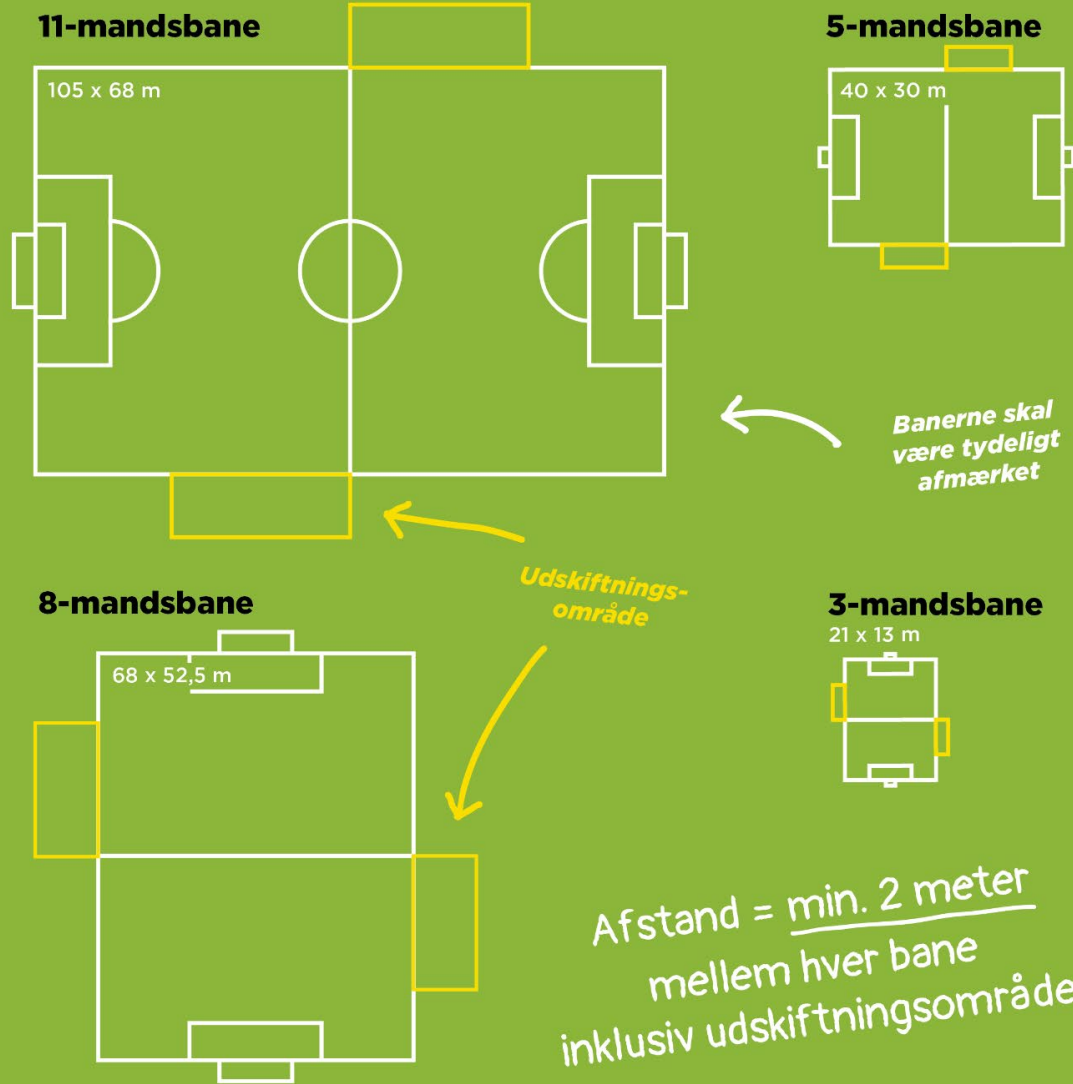
Futsal:

Når der spilles futsal gælder ovenstående regler om indendørs fodbold samt nedenstående punkter:

- ✓ Ved futsal-kampe skal målrammerne afsprittes efter hver kamp.
- ✓ Ved futsal-stævner bør målrammerne afsprittes 1 gang pr. time hvis der er tale om puljespil med de samme hold i puljen, der spiller flere gange.

- ✓ Det er til enhver tid den arrangerende forening, der har ansvaret for, at alle regler overholdes.

Regler for zoneinddeling



Fodboldens corona-regler



Symptomer? Bliv hjemme!

Mød ikke op til træning eller kamp, 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.



Sprit af

Alle skal vaske eller afspritte hænder, inden træning/kamp går i gang. Alle materialer skal rengøres efter træning/kamp.



Husk forsamlingsforbuddet

Det gældende forsamlingsforbud skal altid overholdes (både spillere, trænere og evt. dommere og officials tæller med i en gruppe). Forskellige grupper skal være tydeligt adskilte og må ikke have noget med hinanden at gøre.



Begræns boldkontakt med hoved og hænder under træning

Det anbefales, at hovedstød og boldkontakt med hænder (eksempelvis indkast) begrænses mest muligt under træning.



Begræns kropskontakt

Undgå unødvendig kropskontakt - ingen highfive eller krammer.

