

KORONAVETTSREGLER NORGES CRICKETFORBUD

28.04.2021



- Klubben er ansvarlig for at lag, trener, spillere og frivillige forstår og følger Koronavettreglene
- Treneren/kaptein har hovedansvar for og påse at reglene følges
- Det må føres oppmøteliste for alle aktiviteter, som lagres i minimum 2 uker
- Alle som deltar i aktivitet MÅ ha gjennomført Idrettens [Koronavettkurs](#)
- Syke personer må holde seg hjemme
- Bruk eget utstyr
- Utstyr skal rengjøres før og etter hver treningsøkt
- God håndhygiene før, under og etter trening - god tilgang på Antibac på hvert lag

Alle typer idrettsaktiviteter må utføres i henhold til gjeldende regler. Husk, det kan være ulike regler for Norge og i kommunen du bor – følg oppdateringer for din kommune.

Trening nasjonalt

- Aktive UNDER 20 år
 - Normal trening, uten krav om avstand og antall
 - Åpnes for lokale trening/kamp på tvers av kommuner – sjekk lokale regler
 - Delta/arrangere idrettsarrangement utendørs, innenfor eget fylke
- Aktive OVER 20 år
 - Trene i grupper på maks 20 personer inne/ute med **1 METER** avstand

Trening Oslo og andre utsatte regioner

- Aktive UNDER 20 år
 - Normal trening, maks 20 personer + trener, uten krav om avstand
- Aktive OVER 20 år
 - Trene i grupper på maks 10 personer med **1 METER** avstand
 - Egenorganisert aktivitet for voksne bør ikke finne sted på tidspunkter der det er organisert trening for barn og unge på anleggene.

- Ved aktiviteter for barn og unge, skal det **ALLTID** være minst en voksen til stede, som skal påse at gjeldende smittevernslege følges.
- Sjekk at du står oppført på listen til dagens trening
- Ingen håndhilsning og fysisk kontakt
- Inntil videre, Ikke felles berøring av samme utstyr – bruk KUN eget utstyr.
- INGEN form for bruk av SPYTT eller svette for å shine opp ballen.
- Minst mulig bruk av offentlig transport.
- Har du eller andre du har vært i kontakt med symptomer – MELD INN til ansvarlig person – IKKE møt på trening

De som holder til ute, må ta det fulle og hele ansvaret for at reglene overholdes og at tilstedeværende og skuelystne holder avstand og følger reglene. Fungere ikke dette, må aktiviteten revurderes/endres.

FORSIKRING



«Lisensforsikringen er utvidet slik at den også dekker egentrening så lenge forbudet mot organisert idrett fra Folkehelseinstituttet varer. Normalt sett dekker lisensforsikringen kun organisert aktivitet. Sjekk de til enhver til gjeldede vilkår.»

NYTTIGE LINKER

- [Koronavettkurs](#) tilgjengelig på norsk og engelsk
- Lokale koronarestriksjoner – klikk og følg med på reglene i din region!
[Agder](#) | [Asker](#) | [Bergen](#) | [Bærum](#) | [Oslo](#) | [Rogaland](#) | [Sandefjord](#) | [Sarpsborg](#) | [Trondheim](#)

HOLD FOKUS:

- God håndhygiene
- Host og nys i armkroken
- Hold deg hjemme om du har det minste symptom
- Bruk kun eget utstyr
- Hjelp hverandre å ta ansvar

La oss sammen med **RESTEN AV IDRETTE**n gå foran som gode eksempler!