

Retningslinjer for indendørs og udendørs håndboldtræning gældende fra den 8. juli 2020

Vi passer stadig på hinanden og overholder naturligvis håndboldens fælles retningslinjer for indendørs og udendørs håndboldtræning, der bl.a. kan findes på DHF's hjemmeside:

<https://www.haandbold.dk/covid-19/retningslinjer-for-indendoers-og-udendoershaandbold/>

Det er bestyrelsens forventning, at I medvirker aktivt til overholdelsen heraf og at I sætter jer ind i retningslinjerne via ovenstående link.

I skal især have fokus på, at grupper ikke flettes med hinanden og at forsamlingsforbuddet og afstandskravene efterleves – her tænker vi særligt omkring træningsstart/-slut, hvor der typisk er flere hold i hallen ad gangen.

Retningslinjerne siger herom:

- Der må bruges fælles bolde. **Øvrige kontaktpunkter som redskaber, mål og kegler skal rengøres ofte og afsprittes før og efter aktivitet** samt så hyppigt som muligt under aktiviteten.
- **Det gældende forsamlingsforbud skal altid respekteres** (pr. 8. juli 100 personer). Der må godt være flere end forsamlingsforbuddet til stede på én idrætsfacilitet – dog kun så længe, der er tale om forskellige aktiviteter og grupper, der hver især holder sig inden for forsamlingsforbuddet
- Hvis der er flere grupper til stede på den samme idrætsfacilitet, skal man **sikre, at der er tilstrækkelig afstand mellem grupperne**, så de ikke udgør én samlet gruppe. Anbefalingen er, at der er mindst to meter mellem hver bane. Det er muligt at inddеле store baner i mindre zoner. Her anvendes kegler, toppe, snor, skillevægge eller anden tydelig markering, der klart afgrænser banen/zonen. Forsamlingstætheden må dog ikke komme under 4 kvm pr person.
- **Der skal være en træner eller frivillig til stede pr. gruppe, når der er tale om aktiviteter for børn og unge.**
- Deltagerne til aktiviteterne skal straks ved ankomst til idrætsfaciliteten placere sig i den gruppe, som de deltager i under træningen. **Grupperne må ikke flettes**, og deltagere må ikke skifte mellem forskellige grupper under træningen.

Her finder man også følgende gode råd til spillerne, som vi anbefaler, at I sender til jeres Facebook grupper eller lignende, hvor I normalt kommunikerer med holdet:

Gode råd til spilleren

- Bliv hjemme, hvis du er i risikogruppen, og tal med din familie, om der er familiemedlemmer i risikogruppen.
- Bliv hjemme hvis du har symptomer som feber, hoste og muskelømhed – og gå straks hjem selv ved milde symptomer.
- Respekter og efterlev alle anvisninger fra din forening og din træner.
- Ankom til træning tidligst fem minutter før start og forlad træningsstedet umiddelbart efter træningens ophør.
- Kom omklædt og bad hjemme efter træning.
- Medbring din egen fyldte drikkedunk til træning.
- Placer din taske og andet udstyr minimum to meter fra dine holdkammeraters.
- Medbring håndklæde til at tørre sved af med.
- Husk god håndhygiejne før, under og efter træning – medbring selv håndsprit.

Til information vedrørende omklædningsfaciliteter og gymnastikredskaber i Corona fase 3

Da det ikke ser ud til at fase 4 sættes i værk foreløbig har Them Hallerne lavet nedenstående tiltag:

1. **Omlædning:** På idrætsgangen vi opsætter skilte på dørene med hvor mange der må opholde sig ad gangen i de forskellige rum, det er op til de udøvende og disses trænere/ledere at kravene overholdes.
2. **Rengøring:** Them hallerne sørger for at omlædningsrummene er rengjorte kl. 15:00 alle hverdage, der vil ikke blive rengjort ekstra i løbet af aftenen. Men der vil være spray flasker med desinficerende væske i hver omlædningsrum så udøvere selv kan desinficere før eller efter deres brug af faciliteterne.
3. **Indendørs idræt:** Them Hallerne indkøber og sætter plastkasser op med desinficerende udstyr i til brug af desinfektion af redskaber osv. Da der vil blive brugt en forholdsvis stor mængde af disse remedier til gymnastik, vil vi opkræve et miljøgebyr på 35 kr. pr. hold pr. gang. For Them GF og BIF. Hvis I hellere selv vil komme med desinfektions midlerne/papir/klude/mopper til måtter osv. og dermed ikke skulle betale gebyret, så giv os besked derom.
4. Nedenfor er link til retningslinjer der ligger til grund for beslutningerne:

https://kum.dk/fileadmin/KUM/Documents/COVID-19_DOX/Retningslinjer_for_genaabning_/Retningslinjer_for_genaabning_af_indendoers_idraets-og_foreningsliv_samt_idraets-og_fritidsfaciliteter_21_juli.pdf?fbclid=IwAR3i2iMNCjzypcaIy1Mbtam4twiPBZfLViLS_ECKQTd6y4P-M_SNOw1R7R0

Jf. DHF's gode råd, anbefaler vi fortsat, at spillerne kommer omklædt og bader hjemme efter træning.