



Rutiner for trening og kampavvikling Ril Fotball

Rutinene er basert på NFF sine råd og veiledere. Innholdet er hentet fra fotballens koronahåndbok.

<https://www.fotball.no/tema/nff-nyheter/viktig-informasjon-vedrorende-koronavirus/fotballens-koronahandbok/>

Innhold

Fotballens koronavettregler	2
Garderobes	2
Kampgjennomføring.....	3
Publikum	3
Til og fra anlegg.....	3
Kiosk.....	3
Kampvert	4
Bortekamper.....	6
Bortelagets ansvar	6
Treningsgjennomføring	7



Fotballens koronavettregler

1. Føler du deg syk, bli hjemme
2. En gruppe skal være fast over tid og ha maks 20 spillere
3. Det bør være en leder til stede per gruppe som påser at aktiviteten er i henhold til fotballens koronavettregler.
4. Ballen, kjepler og annet utstyr skal rengjøres jevnlig
5. Bruk av garderober er tillatt, forutsatt forsterket renhold av kontaktflater
6. Husk gode rutiner for håndhygiene
7. Barn og unge under 20 år kan kjempe om ballen, så lenge det er innad i faste grupper.
8. Alltid minst en meters avstand så lenge vi ikke spiller fotball.
9. Unngå unødvendig nærkontakt i form av high fives, jubling i klynge osv.
10. Endring av faste grupper kan gjennomføres uten opphold i aktivitet, men skal begrenses

Garderober

NFF sentralt tillater på generelt grunnlag bruk av garderober, dersom det utføres forsterket renhold.

I Kristiansand kommune er garderobene stengt for idretten inntil videre.

Andre kommuner rundt oss kan ha praktisere andre regler.

Vi anbefaler uansett at spillere tar med håndkle og tørt skift både på trening og kamp. Da kan vi holde oss friske og få spilt mer fotball.



Kampgjennomføring

<https://www.fotball.no/tema/nff-nyheter/viktig-informasjon-vedrorende-koronavirus/fotballens-koronahandbok/#179288>

Med **kamper** menes treningskamper, seriekamper og cupkamper som avholdes enkeltvis. Med **banen** menes kamparealet og innbyttersoner, [se regler for baneinndeling](#). Med **anlegget** menes summen av baner, innbyttersoner, publikumssoner, garderobes, kiosk o.l som har samme adresse.

Hele Sukkevann, hovedbane og juniorfelt, er definert som en arena med et maksimalt antall personer på 200 personer for spillere og publikum. Trenerne, funksjonærer og dommere telles ikke.

I dialog mellom trenere på hjemme og bortelag søkes gode løsninger på når en oppsatt 9 kamp kan spilles som 7 kamp. Det vil komme lag som ikke har nok spillere og da ønsker RIL å være fleksible slik at dette lar seg gjennomføre. RIL definerer det som at det er bedre at det blir kamp med færre spillere enn at kampen blir avlyst.

For best mulig kampavvikling for borte og hjemmelag viser vi fleksibilitet for lag som skal spille kamp denne høsten.

Det kan bety å avslutte trening litt før eller gi plass til lag som trenger oppvarming før kamp. De fleste lag har trent lenge og mye og gleder seg nå til å få spille kamp igjen.

Publikum

Hovedanlegget på Sukkevann blir **åpent for publikum** på følgende dager og tidspunkt:

- Fredag
- Lørdag
- Søndag

Alle kamper med kampstart fra klokken 1930 og utover på ukedager.

Alt publikum skal registreres med navn og mobilnummer av kampverter.

Smittevern hensyn generelt og avstandsregler spesielt må ivaretas av kampverter.

Utenom disse dagene og tidspunktene er anlegget stengt for publikum.

Til og fra anlegg

Lag som skal spille på Juniorbanen ledes på bakside av tennisbaner til og fra kamparena. Informer bortelag om dette i forkant av ankomst til anlegget.

Lag som skal spille på Hovedbanen ledes mellom klubbhus og tennisbane. Informer bortelag om dette i forkant av ankomst til anlegget.

Dette vil bli merket med sperrebånd.

Kiosk

Kiosken blir holdt stengt på grunn av smittevern hensyn.



Kampvert

Hvert lag skal ha en kampvert. Kampvert i RIL Fotball er foreldrekontakt. Oppgaven kan delegeres etter avtale for enkeltkamper. Denne rollen er helt avgjørende for at vi skal kunne gjennomføre kamper på en trygg måte.

Registrering av publikum skjer med QR kode.

A4 ark med QR kode ligger i postkasse på klubbhuset og er på oppslag ved arena.

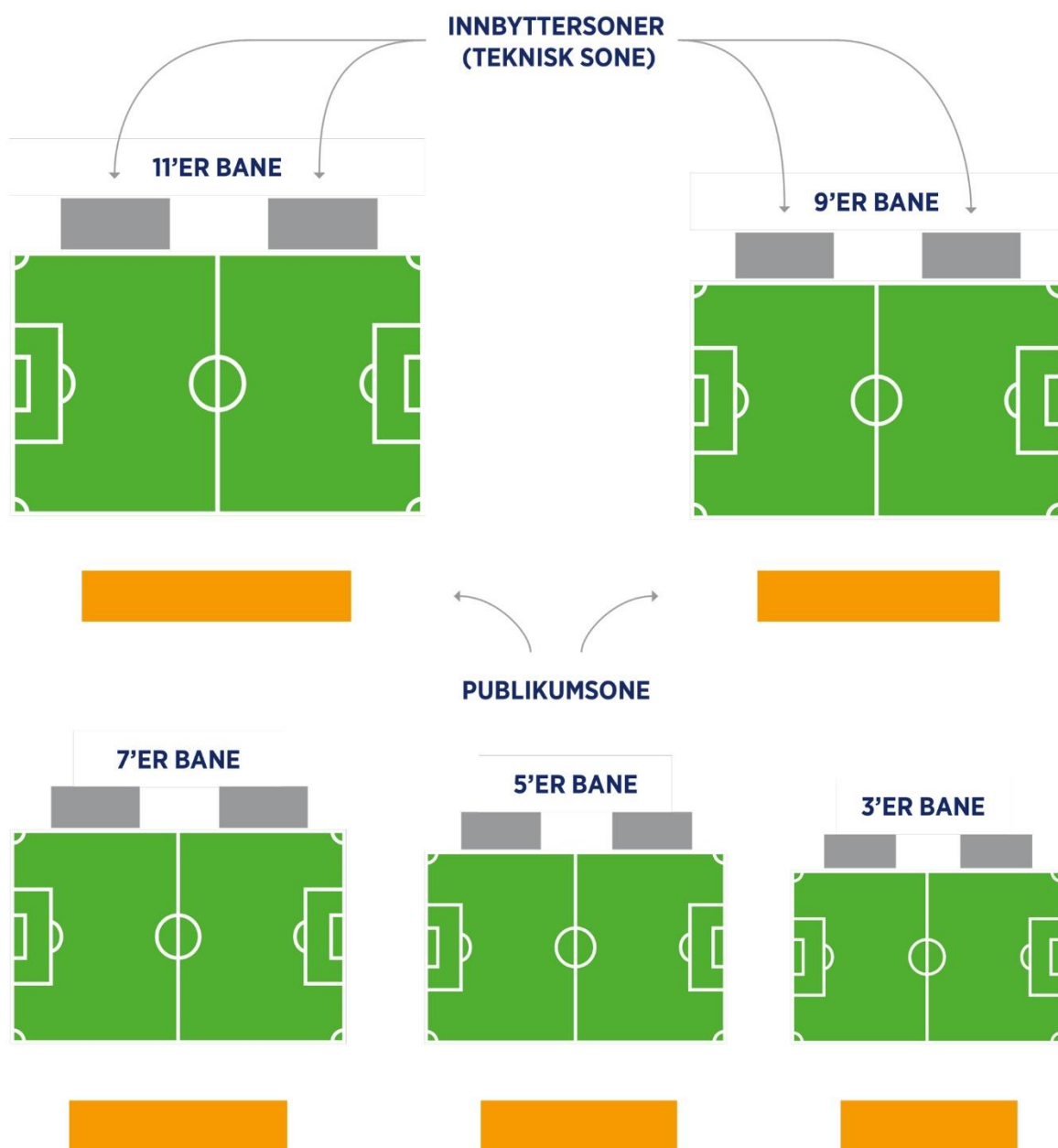
Publikum skanner QR selv ved hjelp av mobilkamera og registrerer seg selv.

Kampvert skal i samarbeid mer trenere på hjemme og bortelag påse at:

- Alle på banen skal registreres med navn, telefonnummer og tidspunkt.
- Hjemmelaget ved kampvert, er ansvarlig for å ha oversikt over publikum med kontaktinfo.
- Det skal informeres om hvorfor det føres lister.
- Ved behov skal denne oversikten kunne fremvises kommunehelsetjenesten som har ansvar for oppfølging rundt covid-19-tilfeller og for å beslutte nødvendige tiltak
- Tydelig kommunikasjon i forkant av kamp med bortelaget om oppmøtetidspunkt, kamptidspunkt, antallet personer og rutiner for føring av lister.
- Hjemmelaget ved kampvert, er ansvarlig for at det lages tre særlige avmerkinger i tilknytning til banen, som tydelig viser, hvor trenere, innbyttere og potensielt publikum skal oppholde seg, [se regler for baneinndeling](#)
- Det er lov med publikum på kampene, men publikum skal forholde seg til en publikumsone som ikke er i konflikt med lagene som gjennomfører kampene og kunne overholde avstandsreglene.
- Det anbefales at antallet personer som deltar på en kamp holdes på et minimum ref. det totale antallet personer på anlegget samtidig.
- Hjemmelaget ved kampvert, er ansvarlig for å tilrettelegge for at avstandskrav og smittevern kan følges under hele kampen.
- Oppvarmning for innbyttere kan foregå i de oppmerkede innbyttersoneene eller bak eget mål. Evt. på et oppmerket område. Innbytterne må ikke kunne oppfattes som en del av et annet lag.
- Bruk av garderobes er tillatt, forutsatt forsterket renhold av kontaktflater.
- Dersom det skal avvikles flere kamper etter hverandre på samme bane skal nye lag eller personer tilhørende disse ikke komme inn på banen, før tidligere lag har forlatt banen.
- Fair play hilsen gjennomføres uten håndtrykk.



REGLER FOR BANEINNDELING



BANER OG SONER MÅ MERKES TYDELIG.

Avstand: Det skal være minimum 2 meter avstand mellom hver bane, inklusiv innbyttersoner og publikumsoner.

HUSK Å SE FOTBALL.NO FOR SISTE ANBEFALINGER

STERKERE SAMMEN



Bortekamper

Vi skal som alltid være gode forbilder når vi gjester andre lag. Vi retter oss etter de anvisninger vi får og følger opp etter beste evne. Enkelte arenaer kan være stengt for publikum i denne perioden av smittevern hensyn.

Transport til bortekamp. Det anbefales maks 4 personer i hver bil. Sjåfør + 3 spillere.

Rilbussen er ikke til disposisjon inntil videre.

Bortelagets ansvar

- Oppvarming for innbyttere kan foregå i de oppmerkede innbyttersonene eller bak eget mål. Evt. på et oppmerket område. Innbytterne må ikke kunne oppfattes som en del av et annet lag.
- Det anbefales at bortelaget reiser ferdig skiftet. Garderober kan være stengt. Sørg for at alle spillere har med niste, håndkle og tørt skift.
- Dersom det skal avvikles flere kamper etter hverandre på samme bane skal nye lag eller personer tilhørende disse ikke komme inn på banen, før tidligere lag har forlatt banen.
- Alle på banen skal registreres med navn, telefonnummer og tidspunkt. Som eksempel i kamprapporten i FIKS eller egne lister. Det anbefales, selv om ansvaret ligger hos hjemmelaget, at bortelaget har oversikt og kontroll på egne spillere, trenere, ledere og publikum.
- Tydelig kommunikasjon i forkant av kamp med hjemmelaget om oppmøtetidspunkt, kamptidspunkt, antallet personer og rutiner for føring av lister.
- Fair play hilsen gjennomføres uten håndtrykk.



Treningsgjennomføring

<https://www.fotball.no/tema/nff-nyheter/viktig-informasjon-vedrorende-koronavirus/fotballens-koronahandbok/#178598>

Generelt om trening i klubb

- Treningsgruppene kan maks inneholde 20 spillere. Viktig å presisere at gruppen er utøvere. Ledere, trenere kommer i tillegg.
- Alle personer på trening skal registreres med navn, telefonnummer og tidspunkt for mulig smittesporing
- Rullering mellom ulike grupper i klubb er greit, men skal begrenses.
- Det er mulig å ha spillere med ulik alder i gruppene. Gruppene skal være faste.
- Treningskamper er greit med disse skal følge reglene for kampgjennomføring dersom disse er på tvers av grupper eller klubber.
- Seniorlag med blandet alder, over og under 20 år, kan trene samtidig, men i faste grupper og bare de til og med 19 år kan trene med kontakt. Det er altså mulig å organisere en treningsøkt for hele gruppen med 1 m avstand mellom spillerne, men ha deler av økten splittet og hvor de under 20 år kan spille med kontakt.
- Klubbene bør så langt det er mulig beholde de samme gruppene i Telenor Xtra og lignende tilbud, som i klubbens ordinære treningsgrupper. Prinsippet er å begrense antall «fritidsgrupper» barna deltar på.
- Utover aktive utøvere bør antall trenere/ledere holdes på et minimum pr. gruppe for å gjennomføre aktiviteten i henhold til Fotballens koronavettregler.
- Foreldre bør ikke være til stede ved treningsfeltet.
- Avgjørende å ha godt smittevern før – etter, og gjennom hele treningsøkten

Treninger og aktivitet i klubb og mellom klubber

- Barn og unge under 20 år kan drive med flere idrettsaktiviteter parallelt og således delta i flere grupper per uke; for eksempel fotball en dag, svømming en annen dag og langrenn en tredje dag. For å begrense antall nære kontakter og således redusere risiko for smitte, bør det vurderes å begrense antall aktiviteter per utøver dersom det innebærer deltagelse i mange ulike grupper. Av samme årsak bør bytte mellom ulike grupper innenfor samme idrett også begrenses.
- Spillerutviklingstiltak og lignende på tvers av grupper og klubber anbefales ikke. Dersom det skal gjennomføres så er det viktig å merke seg følgende:
 - Spillere kan bytte treningsgruppe, men gruppene skal være faste og kan maksimalt inneholde 20 utøvere. Det er videre fornuftig å begrense antall fritidsaktiviteter per barn dersom det innebærer deltagelse i mange ulike grupper, for å begrense antall nære kontakter og således redusere risiko for smitte. Av samme årsak bør bytte mellom ulike grupper innenfor samme idrett også begrenses.