



Rutiner for gjennomføring av treninger i regi av fotballgruppa i Just IL under koronapandemien 2020

Vedtatt av fotballstyret i Just IL 7.5.2020.

Revidert 1.6.2020





Rutiner for gjennomføring av treninger i regi av fotballgruppa i Just IL under koronapandemien 2020

Disse rutinene gjelder for gjennomføringer av fotballtreninger innenfor de retningslinjene som gjelder under koronarestriksjoner. Rutinene er utarbeidet av fotballstyret i Just IL og godkjent av hovedstyret i Just IL.

Basert på senere tids oppmykning i restriksjoner, er rutinen revidert 1.6.2020 og har virkning fra samme dato.

Innhold

Rutiner for gjennomføring av treninger i regi av fotballgruppa i Just IL under koronapandemien 2020

Virkeområde.....	1
Treningstider	2
Øktenes innhold	2
Gjennomføring av økter	2
Utstyr	3
Baneinndeling.....	4
Informasjon	4
Til slutt.....	5
Nyttige lenker:.....	5

Virkeområde

Disse rutinene gjelder for fotballtreninger organisert av fotballgruppa i Just IL. Fotballtreninger i regi av Just IL finner sted på Justvikbanen og Havlimyr 7er. På disse banene gjelder følgende begrensninger i antall deltakere:

- Justvikbanen: Maksimalt **50 personer**, inkludert spillere, trenere og støtteapparat/ledere.
- Havlimyr 7er: Maksimalt **25 personer**, inkludert spillere, trenere og støtteapparat/ledere.





- Dersom noen lag velger å benytte banen på Justvik skole til trening, har denne en begrensning på **15 personer**, inkludert spillere, trenere og støtteapparat/ledere.

Disse rutinene gjelder for organiserte treninger i regi av fotballgruppa i Just IL. Rutinene gjelder fra spillere, trenere og støtteapparat/ledere ankommer anlegget i forbindelse med oppsatt trening, og til de samme personene har forlatt området etter ferdiggjort økt. Etter at personene har forlatt anlegget, kan ikke Just IL ta ansvaret for at smittevernstiltak overholdes.

Lag som ikke klarer å følge disse rutinene, vil bli fratatt tildelte treningstider inntil de kan forplikte seg til å følge rutinene eller at nye føringer/retningslinjer gjøres gjeldende.

Treningstider

Det fordeles treningstider til de ulike lag innenfor de tidene Just IL har fått tildelt på de ulike anleggene. Inntil seriespillet settes i gang, vil også, ved behov, tider som er satt opp som kampvinduer for NFF Agder benyttes. Alder benyttes som tildelingskriterium, de yngste lagene får de tidligste treningstidene, jo eldre spillerne på laget er, jo senere får de tildelt treningstider.

- På Justvikbanen blir det tildelt treningstid til maksimalt tre lag av gangen, banen deles i tre felt. På Havlimyr 7er tildeles treningstid til et lag av gangen.
- Så langt det lar seg gjøre, forsøker vi å tildele «vanlige» treningstider.

Øktenes innhold

Det er nå ingen begrensninger når det gjelder treninger for spillere til og med 19 år, utover at man praktiserer «enmetersregelen» så lenge det ikke spilles fotball. Spillerne som er eldre, må fremdeles forholde seg til «enmetersregelen», og kan dermed ikke ha kamp om ballen. Seniorlagene kan starte med ordinære treninger fra den dato som bestemmes nasjonalt.

Gjennomføring av økter

Spillere, trenere og støtteapparat møter til trening så nærme oppstartstidspunkt som mulig. Når to lag trener på banen samtidig, benytter lagene hver sin «hovedinngang» til banen. Avstandsbegrensningene må overholdes fra og med oppmøtet. Alle vasker, ved ankomst, hendene med Antibac (eller tilsvarende).

Hvert lag har en «definert ansvarlig» som har følgende oppgaver:

- Har det overordnede ansvaret for at økten/treningen utøves i tråd med gjeldende retningslinjer og rutiner.
- Har ansvaret for å registrere hvem som er tilstede på treningen (spillere, trenere og støtteapparat/ledere). Oppmøteoversikten skal bevares for eventuell smittesporing. (Spond er velegnet til dette.)





Maksimalstørrelse per treningsgrupper er inntil 20 spillere. Flere grupper kan trene parallelt, så lenge maksimumsantallet for deltakere for den aktuelle banestørrelsen ikke overskrides.

Alle vasker igjen hendene med Antibac (eller tilsvarende) ved øktens avslutning. Trenerne, spillere og støtteapparat/ledere forlater området (via forhåndsbestemt utgang) så hurtig som mulig, slik at alt er klart for neste trening. Når flere lag trener på banen samtidig, benytter lagene hver sin utgang når de forlater banen.

Antibac (eller tilsvarende) skal være tilgjengelig på feltet gjennom hele økta.

Utstyr

Baller og annet utstyr skal rengjøres jevnlig.

Lageret av førstehjelpsutstyr og isposer/tape vil bli fullt opp og gjort tilgjengelig i fellescontainer.

Dersom keepere benytter egne hansker på trening, har de selv ansvaret for vask av hansker før og etter økta. Det er **forbudt** å spytte i hanskene, selv om de er keeperens egne. Dersom det benyttes hansker fra utstyrcontaineren, må disse rengjøres godt før og etter hver økt.

Spytting på banen er strengt forbudt!

Det er ikke lov til å dele drikkeflasker! Drikkeflasker som medtas på trening må være merket med navn.



FOTBALLENS KORONAVETTREGLER



Føler du deg syk, bli hjemme.



Maks 20 spillere per gruppe.



Det bør være **en leder til stede per gruppe** som påser at aktiviteten er i henhold til fotballens koronavettregler.



Ballen, kjepler og annet utstyr skal **rengjøres jevnlig**.



Bruk av **garderober er ikke tillatt**, men toaletter kan benyttes.



Husk gode rutiner for **håndhygiene**.



Barn og unge under 20 år kan kjempe om ballen, så lenge det er innad i faste grupper.



Alltid **minst en meters avstand** så lenge vi ikke spiller fotball.

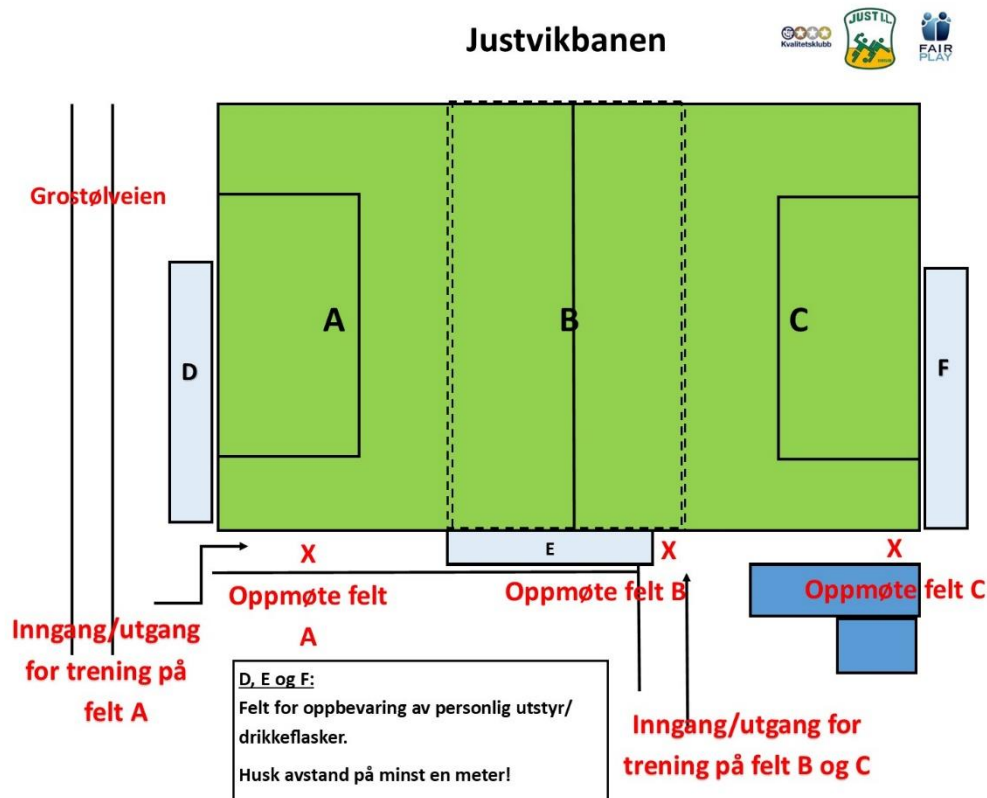


Unngå unødvendig nærkontakt i form av high fives, jubling i klynge osv.





Baneinndeling



Treningstid tildeles på hele banen eller på de ulike feltene. I situasjoner der flere lag/grupper trener på banen samtidig, benytter lagene/gruppene hver sin tilgang til banen. For lag/grupper som skal trene på felt A, benyttes tilgangen ved Grostølveien/den gamle barnehagen, mens lag/grupper som skal trene på felt B og C, benytter tilgangen ved bydelshuset/den gamle ballbingetomta. Dette gjelder både før og etter trening! Asfaltfeltene på banesidene (D, E og F på illustrasjonen) benyttes for lagring av deltakernes personlige utstyr/drikkeflasker (med navn). Husk minimum en meters avstand også her!

På Havlimyr 7er må det, på tilsvarende måte, settes av et område hvor deltakerne kan oppbevare personlig utstyr og drikkeflasker under økta. Minimum en meters avstand!

Informasjon

Disse rutineene skal publiseres på Just ILs hjemmesider, <https://justil.no/fotball/>, og på fotballgruppas Facebookgruppe, <https://www.facebook.com/groups/FotballJustIL/>. Rutineene skal gjøres kjent for alle trenere, ledere, spillere og spillernes foreldre/foresatte.





Til slutt

Det er frivillig å delta på treningene i regi av fotballgruppa. Alle skal kunne føle seg trygge og trives på trening. Det sosiale og fysiske aktivitet skal være i fokus, i tillegg til smittevern!

Nyttige lenker:

- [Smittevernveileder for idrett under covid19-utbruddet 2020](#)
- [Oppdaterte koronavettregler fra 1. juni \(NFF\)](#)

